УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МОУ детский сад № 379
Н.В. Патрина
« 01 » сентября 2026 г.

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ

в МОУ детский сад № 379

на 2026 -2027 учебный год

Режим дня детей с 1 до 2 лет (12 часового пребывания)

Прием, осмотр, игры	7.00- 8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 -8.30
Игры, самостоятельная деятельность	8.30-9.00
Занятия (по подгруппам)	9.00- 9.08 9.20 -9.28
Игры, самостоятельная деятельность	9.30-10.30
Второй завтрак	10.00-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30- 11.50
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00
Подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.15
Уплотненный полдник	15.15-15.35
Игры, самостоятельная деятельность	15.35- 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15- 18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.15-19.00

Режим дня детей с 2 до 3 лет (12 часового пребывания)

Прием, осмотр, игры	7.00- 8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 -8.30
Игры, самостоятельная деятельность	8.30-9.00
Занятия (по подгруппам)	9.00- 9.10 9.20-9.30
Игры, самостоятельная деятельность	9.30 -9.40
Второй завтрак	9.40-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30- 11.50
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00
Подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.15
Уплотненный полдник	15.15-15.35
Игры, самостоятельная деятельность	15.35- 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15- 18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.15-19.00

Режим дня детей с 1 до 3 лет (ГКП 3 часового пребывания)

Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, игры, подготовка к занятиям	8.00- 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00-9.10 9.20-9.30
Игры	9.30-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	10.00-11.00

Режим дня детей с 3 до 4 лет (12 часового пребывания)

Прием, осмотр, игры	7.00- 8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00- 9.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.50-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10- 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
Подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная, занятия	15.50- 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30- 18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.15-19.00

Режим дня детей с 3 до 4 лет (24 часового пребывания)

Прием, осмотр, игры	7.00- 8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00- 9.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.50-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10- 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
Подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная, занятия	15.50- 16.30
Кружки дополнительного образования	16.30- 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки	17.00- 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 – 19.00
Самостоятельная игровая деятельность	19.00- 20.30
Подготовка ко второму ужину, второй ужин	20.30 – 20.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.45 - 21.30
Ночной сон	21.30 - 6.50
Подъем с ночного сна, гигиенические процедуры	6.50 – 7.00

Режим дня детей с 4 до 5 лет (12 часового пребывания)

Прием, осмотр, игры	7.00- 8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00- 10.00
Игры, самостоятельная деятельность	10.00-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20- 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная, занятия	15.50- 16.30
Кружки дополнительного образования	16.30- 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50- 18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.15-19.00

Режим дня детей с 4 до 5 лет (24 часового пребывания)

Прием, осмотр, игры	7.00- 8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00- 10.00
Игры, самостоятельная деятельность	10.00-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20- 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная, занятия	15.50- 16.30
Кружки дополнительного образования	16.30- 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки	17.00- 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 – 19.00
Самостоятельная игровая деятельность	19.00- 20.30
Подготовка ко второму ужину, второй ужин	20.30 – 20.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.45 - 21.30
Ночной сон	21.30 - 6.50
Подъем с ночного сна, гигиенические процедуры	6.50 – 7.00

Режим дня детей с 5 до 6 лет (12 часового пребывания)

Прием, осмотр, игры	7.00- 8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00- 10.10
Игры, самостоятельная деятельность	10.10-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20- 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная, занятия	15.50- 16.20
Кружки дополнительного образования	16.20 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00- 18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.15-19.00

Режим дня детей с 5 до 6 лет (24 часового пребывания)

Прием, осмотр, игры	7.00- 8.25
Утренняя гимнастика	8.25 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия	9.00- 10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20- 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная, занятия	15.50- 16.30
Кружки дополнительного образования	16.30- 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки	17.00- 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 – 19.00
Самостоятельная игровая деятельность	19.00- 20.30
Подготовка ко второму ужину, второй ужин	20.30 – 20.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.45 - 21.30
Ночной сон	21.30 - 6.50
Подъем с ночного сна, гигиенические процедуры	6.50 – 7.00

Режим дня детей с 6 до 8 лет (12 часового пребывания)

Прием, осмотр, игры	7.00- 8.25
Утренняя гимнастика	8.25 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия	9.00- 10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20- 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная, занятия	15.50- 16.20
Кружки дополнительного образования	16.20 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00- 18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.15-19.00

При организации режима пребывания детей в МОУ детский сад № 379 учитываются требования СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Продолжительность дневного сна: для детей от 1 до 3 лет- не менее 3 часов; для детей от 4 до 8 лет – не менее 2,5 часов, для детей старше 8 лет -1,5 часа;
- Продолжительность прогулок для детей с 1 до 8 лет – не менее 3 часов в день;
- Утренняя зарядка для детей с 1 до 3 лет – не более - 8 мин. ; с 3 до 8 не менее 10 мин.;
- Суммарный объем двигательной активности с 1 до 8 лет – не менее 1 часа в день.