

ПРИНЯТ
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
В.В.Плетминцева
«01» сентября 2025 г.

**Режим дня первой младшей группы (2-3 года)
общеразвивающей направленности**

Режимные мероприятия		2-3 года
Наименование	Содержание	Время проведения
Утренний прием	Осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.10-08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.20-08.50
Подготовка к образовательной деятельности	Игры, подготовка к занятиям	08.50-09.00
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	09.00-09.10 (1 подгруппа) 09.20-09.30 (2 подгруппа)
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09.30-10.00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры,; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.00-10.30
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке; Прогулка Возвращение с прогулки	10.30-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00-12.30
Дневной сон	Подготовка ко сну; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем (гимнастика пробуждения); Закаливающие процедуры	12.30-15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры,; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-16.00
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	16.00-16.10 (1 подгруппа) 16.20-16.30 (2 подгруппа)
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры	16.30-17.00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке; Прогулка	17.00-19.00

ПРИНЯТ
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
В.В.Плетминцева
«01» сентября 2025 г.

Режим дня второй младшей группы (3-4 года) общеразвивающей направленности

Режимные мероприятия		3-4 года
Наименование	Содержание	Время проведения
Утренний прием	Осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.10-08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.20-08.50
Подготовка к образовательной деятельности	Игры, подготовка к занятиям	08.50-09.00
Образовательная деятельность	Занятие (включая физкультурные минутки в процессе занятия – 2 минуты)	09.00-09.15
Перерыв	Самостоятельная деятельность	09.25-09.35
Образовательная деятельность	Занятие (включая физкультурные минутки в процессе занятия – 2 минуты)	09.35-09.50
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09.50-10.10
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.10-10.30
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке; Прогулка Возвращение с прогулки	10.30-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00-12.30
Дневной сон	Подготовка ко сну; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем (гимнастика пробуждения); Закаливающие процедуры	12.30-15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры	15.50-16.30
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.30-19.00

ПРИНЯТ
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
В.В.Плетминцева
«01» сентября 2025 г.

Режим дня средней группы (4-5 лет) общеразвивающей направленности

Режимные мероприятия		4-5 лет
Наименование	Содержание	Время проведения
Утренний прием	Осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.10-08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.20-08.50
Подготовка к образовательной деятельности	Игры, подготовка к занятиям	08.50-09.00
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	09.00-09.20
Перерыв	Самостоятельная деятельность	09.30-09.40
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	09.40-10.00
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	10.00-10.20
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.20-10.50
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке; Прогулка; Возвращение с прогулки	10.50-12.15
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.15-12.45
Дневной сон	Подготовка ко сну; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем (гимнастика пробуждения); Закаливающие процедуры	12.45-15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-15.50
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры	15.50-16.30
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке; Прогулка	16.30-19.00

ПРИНЯТ
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
_____ В.В.Плетминцева
«01» сентября 2025 г.

Режим дня старшей группы (5-6 лет) общеразвивающей направленности

Режимные мероприятия		5-6 лет
Наименование	Содержание	Время проведения
Утренний прием	Осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.10-08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.20-08.50
Подготовка к образовательной деятельности	Игры, подготовка к занятиям	08.50-09.00
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	09.00-09.25
Перерыв	Самостоятельная деятельность	09.25-09.35
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	09.35-10.00
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	10.00-10.20
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.20-10.50
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке; Прогулка; Возвращение с прогулки	10.50-12.30
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.30-13.00
Дневной сон	Подготовка ко сну; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем (гимнастика пробуждения); Закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-16.00
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	15.50-16.15 (2 занятия в неделю)
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры	16.15-16.40
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке; Прогулка	16.40-19.00

ПРИНЯТ
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ № 89 г. Пензы
«Солнечный лучик»
В.В.Плетминцева
«01» сентября 2025 г.

**Режим дня подготовительной группы (6-7 лет)
общеразвивающей направленности**

Режимные мероприятия		6-7 лет
Наименование	Содержание	Время проведения
Утренний прием	Осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.10-08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.20-08.50
Подготовка к образовательной деятельности	Игры, подготовка к занятиям	08.50-09.00
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	09.00-09.30
Перерыв	Самостоятельная деятельность	09.30-09.40
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	09.40-10.10
Перерыв	Самостоятельная деятельность	10.10-10.20
Образовательная деятельность	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	10.20-10.50 (3 занятия в неделю)
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.50-11.10
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка; Возвращение с прогулки	11.10-12.30
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.30-13.00
Дневной сон	Подготовка ко сну; Дневной сон; Пробуждение (гимнастика пробуждения); Закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры	16.00-16.40
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке; Прогулка	16.40-19.00

