

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад №231»

Утверждаю:
заведующий МБДОУ №231
_____ С.М. Ладная

**Режим дня на холодный период года на 2025 – 2026 учебный год
в группе раннего возраста №1**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, общение, самостоятельная деятельность, игры	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика. Организованная самостоятельная деятельность, игры, подготовка к завтраку (гигиенич. процедуры)	8.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50
Организованная самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.10
Перерыв, самостоятельная деятельность	9.10-9.20
Организованная образовательная деятельность	9.20-9.30
Перерыв, самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	-
Игры, организованная самостоятельная деятельность, подготовка ко второму завтраку (гигиенич.процедуры)	9.30-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке	10.10-10.30
Прогулка	10.30-11.40
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенич. процедуры)	11.40 -12.00
Обед	12.00-12.20
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.20 -12.30
Дневной сон	12.30-15.30
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения; воздушные, водные процедуры	15.30-15.40
Полдник	15.40 -15.55
Организованная образовательная деятельность \Развивающие образов. ситуации на игровой основе (орг. самост. деятельность, кружковая работа)	15.55-16.15
Подготовка к прогулке	16.15 -16.30
Прогулка	16.30-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину (гигиенич. процедуры)	18.20–18.30
Ужин	18.30 -18.40
Самостоятельная деятельность, игры , уход домой.	18.40 -19.00

- **Прим.:** режим дня составлен на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад №231»

Утверждаю:
заведующий МБДОУ №231
_____ С.М. Ладная

**Режим дня на холодный период года на 2025 – 2026 учебный год
в младшей группе №8**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, общение, самостоятельная деятельность, игры	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика. Организованная самостоятельная деятельность, игры, подготовка к завтраку (гигиенич. процедуры)	8.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50
Организованная самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 – 9.15
Перерыв, самостоятельная деятельность	9.15 – 9.25
Организованная образовательная деятельность	9.25 – 9.40
Перерыв, самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	-
Игры, организованная самостоятельная деятельность, подготовка ко второму завтраку (гигиенич.процедуры)	9.40 – 10.20
Второй завтрак	10.20 -10.30
Подготовка к прогулке	10.30–10.50
Прогулка	10.50–12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенич. процедуры)	12.00 -12.10
Обед	12.10 -12.30
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.30 -12.40
Дневной сон	12.40–15.10
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения; воздушные, водные процедуры	15.10 -15.30
Полдник	15.30 -15.40
Организованная образовательная деятельность \Развивающие образов. ситуации на игровой основе (орг. самост. деятельность, кружковая работа)	15.40-16.20
Подготовка к прогулке	16.20 -16.30
Прогулка	16.30 -18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину (гигиенич. процедуры)	18.20 -18.30
Ужин	18.30 -18.40
Самостоятельная деятельность, игры , уход домой.	18.40 -19.00

- **Прим.:** режим дня составлен на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад №231»

Утверждаю:
заведующий МБДОУ №231
_____ С.М. Ладная

**Режим дня на холодный период года на 2025 – 2026 учебный год
в средней группе №6**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, общение, самостоятельная деятельность, игры	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика. Организованная самостоятельная деятельность, игры, подготовка к завтраку (гигиенич. процедуры)	8.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50
Организованная самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	8.50 – 9.10
Перерыв, самостоятельная деятельность	9.10 – 9.20
Организованная образовательная деятельность	9.20 – 9.40
Перерыв, самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	-
Игры, организованная самостоятельная деятельность, подготовка ко второму завтраку (гигиенич.процедуры)	9.40 – 10.30
Второй завтрак	10.30 -10.40
Подготовка к прогулке	10.40 -10.50
Прогулка	10.50 -12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенич. процедуры)	12.00 -12.10
Обед	12.10 -12.30
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.30-12.40
Дневной сон	12.40 -15.10
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения; воздушные, водные процедуры	15.10 -15.30
Полдник	15.30 -15.40
Организованная образовательная деятельность \Развивающие образов. ситуации на игровой основе (орг. самост. деятельность, кружковая работа)	15.40 -16.20
Подготовка к прогулке	16.20 -16.30
Прогулка	16.30 -18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину (гигиенич. процедуры)	18.20–18.30
Ужин	18.30 -18.40
Самостоятельная деятельность, игры , уход домой.	18.40 -19.00

- **Прим.:** режим дня составлен на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад №231»

Утверждаю:
заведующий МБДОУ №231
_____ С.М. Ладная

**Режим дня на холодный период года на 2025 – 2026 учебный год
в старшей группе компенсирующей направленности №2**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, общение, самостоятельная деятельность, игры	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика. Организованная самостоятельная деятельность, игры, подготовка к завтраку (гигиенич. процедуры)	8.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50
Организованная самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	8.50-9.15
Перерыв, самостоятельная деятельность	9.15-9.25
Организованная образовательная деятельность	9.25-09.50
Перерыв, самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	-
Игры, организованная самостоятельная деятельность, подготовка ко второму завтраку (гигиенич.процедуры)	09.50-10.30
Второй завтрак	10.30 -10.40
Подготовка к прогулке	10.40-10.50
Прогулка	10.50-12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенич. процедуры)	12.00-12.20
Обед	12.20-12.40
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.40-12.50
Дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения; воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.20-15.30
Полдник	15.30 -15.40
Организованная образовательная деятельность \Развивающие образов. ситуации на игровой основе (орг. самост. деятельность, кружковая работа)	15.40- 16.20
Подготовка к прогулке	16.20 -16.30
Прогулка	16.30-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину (гигиенич. процедуры)	18.20–18.30
Ужин	18.30 -18.40
Самостоятельная деятельность, игры , уход домой.	18.40 -19.00

- **Прим.:** режим дня составлен на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад №231»

Утверждаю:
заведующий МБДОУ №231
_____ С.М. Ладная

**Режим дня на холодный период года на 2025 – 2026 учебный год
в подготовительной группе компенсирующей направленности №4**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, общение, самостоятельная деятельность, игры	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика. Организованная самостоятельная деятельность, игры, подготовка к завтраку (гигиенич. процедуры)	8.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50
Организованная самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	8.50-9.20
Перерыв, самостоятельная деятельность	9.20-9.30
Организованная образовательная деятельность	9.30-10.00
Перерыв, самостоятельная деятельность	10.00-10.10
Организованная образовательная деятельность	10.10-10.40
Игры, организованная самостоятельная деятельность, подготовка ко второму завтраку (гигиенич.процедуры)	10.40-10.45
Второй завтрак	10.45 -10.55
Подготовка к прогулке	10.55-11.05
Прогулка	11.05-12.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенич. процедуры)	12.15-12.25
Обед	12.25-12.45
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.45-12.50
Дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения; воздушные, водные процедуры	15.20-15.30
Полдник	15.30 -15.40
Организованная образовательная деятельность \Развивающие образов. ситуации на игровой основе (орг. самост. деятельность, кружковая работа)	15.40- 16.25
Подготовка к прогулке	16.25 -16.35
Прогулка	16.35-18.25
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину (гигиенич. процедуры)	18.25–18.35
Ужин	18.35 -18.45
Самостоятельная деятельность, игры , уход домой.	18.45 -19.00

- **Прим.:** режим дня составлен на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад №231»

Утверждаю:
заведующий МБДОУ №231
_____ С.М. Ладная

**Режим дня на холодный период года на 2025 – 2026 учебный год
в средней группе №3**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, общение, самостоятельная деятельность, игры	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика. Организованная самостоятельная деятельность, игры, подготовка к завтраку (гигиенич. процедуры)	8.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50
Организованная самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	8.50 – 9.10
Перерыв, самостоятельная деятельность	9.10 – 9.20
Организованная образовательная деятельность	9.20 – 9.40
Перерыв, самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	-
Игры, организованная самостоятельная деятельность, подготовка ко второму завтраку (гигиенич.процедуры)	9.40 – 10.30
Второй завтрак	10.30 -10.40
Подготовка к прогулке	10.40 -10.50
Прогулка	10.50 -12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенич. процедуры)	12.00 -12.10
Обед	12.10 -12.30
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.30-12.40
Дневной сон	12.40 -15.10
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения; воздушные, водные процедуры	15.10 -15.30
Полдник	15.30 -15.40
Организованная образовательная деятельность \Развивающие образов. ситуации на игровой основе (орг. самост. деятельность, кружковая работа)	15.40 -16.20
Подготовка к прогулке	16.20 -16.30
Прогулка	16.30 -18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину (гигиенич. процедуры)	18.20–18.30
Ужин	18.30 -18.40
Самостоятельная деятельность, игры , уход домой.	18.40 -19.00

- **Прим.:** режим дня составлен на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад №231»

Утверждаю:
заведующий МБДОУ №231
_____ С.М. Ладная

**Режим дня на холодный период года на 2025 – 2026 учебный год
в старшей группе компенсирующей направленности №7**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, общение, самостоятельная деятельность, игры	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика. Организованная самостоятельная деятельность, игры, подготовка к завтраку (гигиенич. процедуры)	8.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50
Организованная самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	8.50-9.15
Перерыв, самостоятельная деятельность	9.15-9.25
Организованная образовательная деятельность	9.25-09.50
Перерыв, самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	-
Игры, организованная самостоятельная деятельность, подготовка ко второму завтраку (гигиенич.процедуры)	09.50-10.30
Второй завтрак	10.30 -10.40
Подготовка к прогулке	10.40-10.50
Прогулка	10.50-12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенич. процедуры)	12.00-12.20
Обед	12.20-12.40
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.40-12.50
Дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения; воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.20-15.30
Полдник	15.30 -15.40
Организованная образовательная деятельность \Развивающие образов. ситуации на игровой основе (орг. самост. деятельность, кружковая работа)	15.40- 16.20
Подготовка к прогулке	16.20 -16.30
Прогулка	16.30-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину (гигиенич. процедуры)	18.20–18.30
Ужин	18.30 -18.40
Самостоятельная деятельность, игры , уход домой.	18.40 -19.00

- **Прим.:** режим дня составлен на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад №231»

Утверждаю:
заведующий МБДОУ №231
_____ С.М. Ладная

**Режим дня на холодный период года на 2025 – 2026 учебный год
в подготовительной группе №5**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, общение, самостоятельная деятельность, игры	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика. Организованная самостоятельная деятельность, игры, подготовка к завтраку (гигиенич. процедуры)	8.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50
Организованная самостоятельная деятельность	-
Организованная образовательная деятельность	8.50-9.20
Перерыв, самостоятельная деятельность	9.20-9.30
Организованная образовательная деятельность	9.30-10.00
Перерыв, самостоятельная деятельность	10.00-10.10
Организованная образовательная деятельность	10.10-10.40
Игры, организованная самостоятельная деятельность, подготовка ко второму завтраку (гигиенич. процедуры)	10.40-10.45
Второй завтрак	10.45 -10.55
Подготовка к прогулке	10.55-11.05
Прогулка	11.05-12.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенич. процедуры)	12.15-12.25
Обед	12.25-12.45
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.45-12.50
Дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения; воздушные, водные процедуры	15.20-15.30
Полдник	15.30 -15.40
Организованная образовательная деятельность \Развивающие образов. ситуации на игровой основе (орг. самост. деятельность, кружковая работа)	15.40- 16.25
Подготовка к прогулке	16.25 -16.35
Прогулка	16.35-18.25
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину (гигиенич. процедуры)	18.25–18.35
Ужин	18.35 -18.45
Самостоятельная деятельность, игры , уход домой.	18.45 -19.00

- **Прим.:** режим дня составлен на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"