

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 129 города Пензы «Подсолнушек»

(МБДОУ детский сад № 129 г. Пензы «Подсолнушек»)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ детского
сада № 129 г. Пензы «Подсолнушек»
_____ В.З.Кочеткова
«___» _____ 2025г

Режим дня
Ранний возраст

Режимные моменты	Время
Утренний приём, игры.	7.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.05 – 9.00
Активное бодрствование	9.00 – 11.15
НОД в форме игры – занятия	9.30 – 9.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.50.-10.50
Подготовка к обеду, обед	10.50 – 12.00
Подготовка ко сну, сон	12.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 -16.00
Активное бодрствование	16.00-19.00
Самостоятельная и организованная детская деятельность	16.30 -16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.50 -19.00
Уход домой	19.00

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 129 города Пензы «Подсолнушек»

(МБДОУ детский сад № 129 г. Пензы «Подсолнушек»)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ детского
сада № 129 г. Пензы «Подсолнушек»
_____ В.З.Кочеткова
«___» _____ 2025г

Режим дня
Младший дошкольный возраст

Режимные моменты	Время
Утренний приём, игры. Утренняя гимнастика	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10 – 9.00
Подготовка к НОД занятиям	9.00 – 9.10
НОД занятия (общая длительность, включая перерыв)	9.10 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.10
Подготовка ко сну, сон	12.10 – 15.10
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 -16.00
Игры, досуги	16.00-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.50 -19.00
Уход домой	19.00

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 129 города Пензы «Подсолнушек»

(МБДОУ детский сад № 129 г. Пензы «Подсолнушек»)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ детского
сада № 129 г. Пензы «Подсолнушек»
_____ В.З.Кочеткова
«___» _____ 2025г

Режим дня
Средний дошкольный возраст

Режимные моменты	Время
Утренний приём, игры. Утренняя гимнастика	7.00-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 9.00
Подготовка к НОД занятиям	9.00 – 9.15
НОД занятия (общая длительность, включая перерыв)	9.15 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.15-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50 – 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 – 15.10
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25 -16.00
Игры, досуги, занятия кружков	16.00-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.50 -19.00
Уход домой	19.00

детский сад № 129 города Пензы «Подсолнушек»

(МБДОУ детский сад № 129 г. Пензы «Подсолнушек»)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ детского
сада № 129 г. Пензы «Подсолнушек»
_____ В.З.Кочеткова
«___» _____ 2025г

Режим дня
Старший дошкольный возраст

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Утренний приём, игры. Утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.20 – 9.00
Подготовка к НОД занятиям	9.00 – 9.15
НОД занятия (общая длительность, включая перерыв)	9.15 – 10.35
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.35-12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00 – 15.10
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 -15.40
Игры, досуги, занятия кружков	15.40-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.50 -19.00
Уход домой	19.00

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 129 города Пензы «Подсолнушек»

(МБДОУ детский сад № 129 г. Пензы «Подсолнушек»)

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детского
сада № 129 г. Пензы «Подсолнушек»

В.З.Кочеткова

«___»_____2025г

Режим дня

Подготовительная к школе группа

Режимные моменты	Время
Утренний приём, игры. Утренняя гимнастика	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25 – 9.00
Подготовка к НОД занятиям	9.00 – 9.15
НОД занятия (общая длительность, включая перерыв)	9.15 – 11.05
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.15-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25 - 15.40
Игры, досуги, занятия кружков	15.40-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.20 - 19.00
Уход домой	19.00