



Иркутская область  
Заведующая МБДОУ г. Иркутска детского  
сада № 142 С.И. Самохина  
20 24 г.

**Режим дня**  
**в разновозрастной группе раннего возраста (с 1 до 3 лет)**  
**на 2024-2025 учебный год**  
(теплый период года)

<i>Дома:</i>	
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30
<i>В дошкольном учреждении:</i>	
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку	08.10 – 08.30
Завтрак	08.30 – 08.50
Подготовка к непосредственно образовательной деятельности	08.50 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность: Занятие (музыкальное/физкультурное в чередовании)	09.00 – 09.10
Подготовка к прогулке, прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	09.10 - 10.30
II завтрак	10.30 – 10.35
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми	10.35 – 11.45
Возвращение с прогулки, раздевание, туалет, водные процедуры, подготовка к обеду	11.45 – 12.00
Обед	12.00 – 12.20
Туалет, подготовка ко сну, засыпание	12.20 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.30
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры	15.30 – 16.00
Полдник (уплотненный)	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке	16.15 – 16.25
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	16.25 – 18.10
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.10 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.40
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40 – 19.00
<i>Дома:</i>	
Прогулка	19.00 – 20.30
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.30 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 07.00

Утверждаю:  
 Заведующая МБДОУ «Иркутская детская сада № 142» *Самойлова И.С.*  
 « 29 » августа 2024 г.



**Режим дня  
 в I младшей группе (с 2 до 3 лет)  
 на 2024-2025 учебный год  
 (теплый период года)**

<b>Дома:</b>	
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении:</b>	
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку	08.10 – 08.30
Завтрак	08.30 – 08.50
Подготовка к непосредственно образовательной деятельности	08.50 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность: Занятие (музыкальное/физкультурное в чередовании)	09.00 – 09.10
Подготовка к прогулке, прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми	09.10 - 10.30
II завтрак	10.30 – 10.35
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	10.35 – 11.45
Возвращение с прогулки, раздевание, туалет, водные процедуры, подготовка к обеду	11.45 – 12.00
Обед	12.00 – 12.20
Туалет, подготовка ко сну, засыпание	12.20 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.30
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры	15.30 – 16.00
Полдник (уплотненный)	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке	16.15 – 16.25
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	16.25 – 18.10
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.10 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.40
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40 – 19.00
<b>Дома:</b>	
Прогулка	19.00 – 20.30
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.30 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 07.00



Утверждаю:

Заведующая МБДОУ

сада № 142

« 29 »

августа



**Режим дня  
во II младшей группе (с 3 до 4 лет)  
на 2024-2025 учебный год  
(теплый период года)**

<b>Дома:</b>	
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении:</b>	
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку	08.10 – 08.30
Завтрак	08.30 – 08.50
Подготовка к непосредственно образовательной деятельности	08.50 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность: Занятие (музыкальное/физкультурное в чередовании)	09.00 – 09.15
Подготовка к прогулке, прогулка	09.15 - 10.30
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми	
II завтрак	10.30 – 10.35
Прогулка	10.35 – 11.55
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	
Возвращение с прогулки, раздевание, туалет, водные процедуры, подготовка к обеду	11.55 – 12.10
Обед	12.10 – 12.30
Туалет, подготовка ко сну, засыпание	12.30 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры	15.30 – 16.00
Полдник (уплотненный)	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке	16.15 – 16.25
Прогулка	16.25 – 18.10
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.10 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.40
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40 – 19.00
<b>Дома:</b>	
Прогулка	19.00 – 20.30
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.30 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 07.00

Утверждаю:  
 Заведующая МБДОУ г. Иркутска детского  
 сада № 142 *С.И. Самохина*  
 « 29 » августа



**Режим дня  
 в средней группе (с 4 до 5 лет)  
 на 2024-2025 учебный год  
 (теплый период года)**

<b>Дома:</b>	
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении:</b>	
Прием детей, осмотр, термометрия	07.00 – 08.00
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми	
Самостоятельная деятельность	
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку	08.10 – 08.30
Завтрак	08.30 – 08.50
Подготовка к непосредственно образовательной деятельности	08.50 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность: Занятие (музыкальное, физкультурное в чередовании)	09.00 – 09.20
Подготовка к прогулке, прогулка	09.20 – 10.40
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми	
II завтрак	10.40 – 10.45
Прогулка	10.45 – 12.00
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми	
Самостоятельная деятельность	
Возвращение с прогулки, раздевание, туалет, водные процедуры, подготовка к обеду	12.00 – 12.20
Обед	12.20 – 12.35
Туалет, подготовка ко сну, засыпание	12.35 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры	15.15 – 16.00
Полдник (уплотненный)	16.00 – 16.15
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми	16.15 – 16.30
Самостоятельная деятельность	
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.40
Прогулка	16.40 – 18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.20 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.40
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование	18.40 – 19.00
Самостоятельная деятельность детей	
Индивидуальная работа с детьми	
Уход детей домой	
<b>Дома:</b>	
Прогулка	19.00 – 20.00
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 07.00



Утверждаю:  
 Заведующая МБДОУ «Самехина» Иркутского  
 сада № 142 «29» августа 2024 г. Самехина



**Режим дня  
 в старшей группе (с 5 до 6 лет)  
 на 2024-2025 учебный год  
 (теплый период года)**

<i>Дома:</i>	
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30
<i>В дошкольном учреждении:</i>	
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	08.20 – 08.30
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку	08.30 – 08.40
Завтрак	08.40 – 08.55
Подготовка к непосредственно образовательной деятельности	08.50 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность: Занятие (музыкальное, физкультурное в чередовании)	09.00 – 09.25
Подготовка к прогулке	09.25 – 09.35
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	09.35 – 10.45
II завтрак	10.45 – 10.55
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	10.55 – 12.20
Спокойные игры, индивидуальная работа, подготовка к обеду	12.20 – 12.30
Обед	12.30 – 12.45
Туалет, подготовка ко сну, засыпание	12.45 – 12.55
Дневной сон	12.55 – 15.25
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет	15.25 – 15.35
Непосредственно образовательная деятельность: Занятие 3, вся группа	15.35 – 16.00
Полдник (уплотненный)	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке	16.15 – 16.25
Прогулка	16.25 – 18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.20 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.40
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40 – 19.00
<i>Дома:</i>	
Прогулка	19.00 – 19.30
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 07.00

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ Иркутского детского сада № 142

« 29 » августа



**Режим дня  
в подготовительной к школе группе (с 6 до 7(8) лет)  
на 2024-2025 учебный год  
(теплый период года)**

<b>Дома:</b>	
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении:</b>	
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00 – 08.30
Утренняя гимнастика	08.30 – 08.40
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку	08.40 – 08.45
Завтрак	08.45 – 08.55
Подготовка к непосредственно образовательной деятельности	08.55 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность: Занятие (музыкальное, физкультурное в чередовании)	09.00 – 09.30
Подготовка к прогулке Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	09.30 – 10.45
II завтрак	10.45 – 10.55
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	10.55 – 12.30
Возвращение с прогулки, раздевание, туалет, водные процедуры, подготовка к обеду	12.30 – 12.40
Обед	12.40 – 12.55
Дневной сон	13.00 – 15.30
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет	15.30 – 15.40
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	15.40 – 16.00
Полдник (уплотненный)	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке	16.15 – 16.20
Прогулка	16.20 – 18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.20 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.40
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40 – 19.00
<b>Дома:</b>	
Прогулка	19.00 – 19.30
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 07.00



Утверждаю:

Заведующая МБДОУ г. Иркутска детского сада № 142 *Ва* *С.И. Самохина*

« 29 » *авг* 20 *24* г.



**Режим дня  
в группе компенсирующей направленности для детей с тяжёлыми  
нарушениями речи (с 5 до 6 лет)  
на 2024-2025 учебный год  
(теплый период года)**

<b>Дома:</b>	
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении:</b>	
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность Артикуляционная гимнастика (индивидуально, малыми подгруппами)	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	08.20 – 08.30
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку	08.30 – 08.40
Завтрак	08.40 – 08.55
Подготовка к непосредственно образовательной деятельности	08.50 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность: Занятие (музыкальное, физкультурное в чередовании)	09.00 – 09.20
Подготовка к прогулке	09.20 – 09.30
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	09.30 – 10.45
II завтрак	10.45 – 10.55
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	10.55 – 12.10
Возвращение с прогулки. Спокойные игры, индивидуальная работа, подготовка к обеду	12.10 – 12.30
Обед	12.30 – 12.45
Туалет, подготовка ко сну, засыпание	12.45 – 12.55
Дневной сон	12.55 – 15.25
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет. Логопедический час (малыми подгруппами)	15.25 – 16.00
Полдник (уплотненный)	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке	16.15 – 16.25
Прогулка Логопедический час (индивидуально)	16.25 – 18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.20 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.40
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40 – 19.00
<b>Дома:</b>	
Прогулка	19.00 – 19.30
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 07.00

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ г. Иркутска детского сада

№ 142

« 29 »

Самонина И.С. Самохина

20

**Режим дня**

**в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи (с 6 до 7(8) лет) на 2024-2025 учебный год (теплый период года)**



<b>Дома:</b>	
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении:</b>	
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность Артикуляционная гимнастика (индивидуально, малыми подгруппами)	07.00 – 08.30
Утренняя гимнастика	08.30 – 08.40
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку	08.40 – 08.45
Завтрак	08.45 – 08.55
Подготовка к непосредственно образовательной деятельности	08.55 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность: Занятие (музыкальное, физкультурное в чередовании)	09.00 – 09.30
Подготовка к прогулке	09.30 – 10.45
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	
II завтрак	10.45 – 10.55
Прогулка Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	10.55 – 12.30
Возвращение с прогулки, раздевание, туалет, водные процедуры, подготовка к обеду	12.30 – 12.40
Обед	12.40 – 12.55
Дневной сон	13.00 – 15.30
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Логопедический час (малыми подгруппами)	15.30 – 15.40 15.40 – 16.00
Полдник (уплотненный)	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке	16.15 – 16.20
Прогулка Логопедический час (индивидуально)	16.20 – 18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.20 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.40
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40 – 19.00
<b>Дома:</b>	
Прогулка	19.00 – 19.30
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 07.00