



Режим дня на 2025 – 2026 учебный год (холодный период)
МБДОУ «Радужный» п. Зональная Станция» Томского района.

Режимные моменты	Лучики	Солнышко	Колокольчики	Капельки	Ручеек	Пчелки	Ромашки
	1-я младшая	2-младшая	средняя	старшая	старшая	подготовительная	подготовительная
	От 2 до 3-х	От 3-х до 4-х	От 4-х до 5-ти	От 5-ти до 6-ти	От 5-ти до 6-ти	От 6-ти до 7-ми	От 6-ти до 7-ми
Приём детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.40	8.10 – 8.40	8.20 – 8.50	8.30 – 8.40	8.10 – 8.40	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Утренний круг	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	9.00 – 10.00	9.00 – 10.00	9.00 – 10.10	9.00 – 10.45	9.00 – 10.45	9.00 – 10.50	9.00 – 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00 – 11.40	10.00 – 11.50	10.10 – 12.00	10.45 – 12.15	10.45 – 12.15	10.50 – 12.20	10.50 – 12.20
Возвращение с прогулки, игры, занятия	11.40 - 11.50	11.50 – 12.00	12.00 – 12.20	12.15 – 12.25	12.15 – 12.25	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.50 – 12.10	12.00 – 12.30	12.20 – 12.50	12.25 – 12.50	12.25 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.10 – 15.10	12.30 – 15.10	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20
Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.10 – 15.20	15.10 – 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.40	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15.40 – 16. 00	15.50 – 16. 50	15.50– 16.50	15.50 – 16.50	15.50 – 16.50	15.50 – 16.50	15.50 – 16.50
Вечерний круг	16.00 – 16.10	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.30	17.00 – 18.20	17.00 – 18.20	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
Возвращение с прогулки, игры	17.30 – 19.00	18.20 – 19.00	18.20 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00
Подготовка к ужину, ужин, уход детей домой							

Режим дня на 2025 – 2026 учебный год (теплый период)
МБДОУ «Радужный» п. Зональная Станция» Томского района.

Режимные моменты	Лучики	Солнышко	Колокольчики	Капельки	Ручеек	Пчелки	Ромашки
	1-я младшая	2-младшая	средняя	старшая	старшая	подготовительная	подготовительная
	От 2 до 3-х	От 3-х до 4-х	От 4-х до 5-ти	От 5-ти до 6-ти	От 5-ти до 6-ти	От 6-ти до 7-ми	От 6-ти до 7-ми
Приём детей, свободная игра	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.40	8.10 – 8.40	8.20 – 8.50	8.30 – 8.40	8.10 – 8.40	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Утренний круг	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	9.00 – 9.50	9.00 – 9.50	9.00 – 10.00	9.00 – 10.35	9.00 – 10.35	9.00 – 10.40	9.00 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	09.50 – 11.40	09.50 – 11.50	10.00 – 12.00	10.35 – 12.15	10.35 – 12.15	10.40 – 12.20	10.40 – 12.20
Возвращение с прогулки, игры, занятия	11.40 - 11.50	11.50 – 12.00	12.00 – 12.20	12.15 – 12.25	12.15 – 12.25	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.50 – 12.10	12.00 – 12.30	12.20 – 12.50	12.25 – 12.50	12.25 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.10 – 15.10	12.30 – 15.10	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20
Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.10 – 15.20	15.10 – 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.40	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15.40 – 15. 50	15.50 – 16. 40	15.50– 16.40	15.50 – 16.40	15.50 – 16.40	15.50 – 16.40	15.50 – 16.40
Вечерний круг	15.50 – 16.00	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.30	16.50 – 18.20	16.50 – 18.20	16.50-18.30	16.50-18.30	16.50-18.30	16.50-18.30
Возвращение с прогулки, игры Подготовка к ужину, ужин, уход детей домой	17.30 – 19.00	18.20 – 19.00	18.20 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00

Режим дня на 2025 – 2026 учебный год (адаптационный, диагностический период)
МБДОУ «Радужный» п. Зональная Станция» Томского района.

Режимные моменты	Лучики	Солнышко	Колокольчики	Капельки	Ручеек	Пчелки	Ромашки
	1-я младшая	2-младшая	средняя	старшая	старшая	подготовительная	подготовительная
	От 2 до 3-х	От 3-х до 4-х	От 4-х до 5-ти	От 5-ти до 6-ти	От 5-ти до 6-ти	От 6-ти до 7-ми	От 6-ти до 7-ми
Приём детей, свободная игра	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.40	8.10 – 8.40	8.20 – 8.50	8.30 – 8.40	8.10 – 8.40	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Утренний круг	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	9.00 – 9.50	9.00 – 9.50	9.00 – 10.00	9.00 – 10.35	9.00 – 10.35	9.00 – 10.40	9.00 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	09.50 – 11.40	09.50 – 11.50	10.00 – 12.00	10.35 – 12.15	10.35 – 12.15	10.40 – 12.20	10.40 – 12.20
Возвращение с прогулки, игры, занятия	11.40 - 11.50	11.50 – 12.00	12.00 – 12.20	12.15 – 12.25	12.15 – 12.25	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.50 – 12.10	12.00 – 12.30	12.20 – 12.50	12.25 – 12.50	12.25 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.10 – 15.10	12.30 – 15.10	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20
Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.10 – 15.20	15.10 – 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30	15.20– 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.40	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15.40 – 15. 50	15.50 – 16. 40	15.50– 16.40	15.50 – 16.40	15.50 – 16.40	15.50 – 16.40	15.50 – 16.40
Вечерний круг	15.50 – 16.00	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.30	16.50 – 18.20	16.50 – 18.20	16.50-18.30	16.50-18.30	16.50-18.30	16.50-18.30
Возвращение с прогулки, игры	17.30 – 19.00	18.20 – 19.00	18.20 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00
Подготовка к ужину, ужин, уход детей домой							