

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад №142»**

**Юр. адрес: 344000, г. Ростов-на-Дону,
ул. Мечникова, 77а
Факт. адрес: 344012, г. Ростов-на-Дону,
ул. Целиноградская, 4/5**

**тел./факс 232-85-90
E-mail: 142dou@mail.ru**

СОГЛАСОВАН
Педагогическим советом
МБДОУ Детский сад № 142
Протокол № 1 от 31.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕН
Заведующий МБДОУ №142
Приказ № 198-ОД от 31.08.2026г
_____ Т. В. Михайловская

Михайловская
Татьяна
Викторовна

Подписано: Михайловская Татьяна Викторовна
DN: cn=Михайловская Татьяна Викторовна, c=RU, o=Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону Детский сад № 142, email=142dou@mail.ru
Причина: Я одобряю этот документ
Дата: 2026.08.31 15:48:59 +0300

РЕЖИМ ДНЯ

Режим пребывания в МБДОУ №142
(холодный период)

Режимные моменты	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приход детей в детский сад, утренняя прогулка свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00–8.00	7.00–8.00	7.00–8.00	7.00–8.00	7.00–8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.15-8.25	8.15-8.25
Утренний круг	8.10–8.20	8.10–8.20	8.10–8.20	8.00–8.15	8.00–8.15
Подготовка к завтраку	8.20–8.30	8.20–8.30	8.20–8.30	8.25–8.30	8.25–8.30
Завтрак	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.45–9.00	8.45–9.00	8.45–9.00	8.45–9.00	8.45–9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	9.00–9.30	9.00–10.05	9.00–10.25	9.00–10.40	9.00–11.15
Свободная игра, самостоятельная деятельность	9.30 - 10.30	10.05 - 10.30	10.05 - 10.30	10.05 - 10.30	10.05 - 10.30
Второй завтрак	10.30–10.40	10.30 –10.40	10.30–10.40	10.40–11.00	10.40–11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40–11.30	10.40–11.30	10.40–12.00	11.00–12.20	11.15–12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30–11.45	11.30–11.45	12.00–12.20	12.20–12.30	12.20–12.30
Подготовка к обеду	11.45–12.00	11.45–12.00	12.20–12.45	12.30–12.45	12.30–12.45
Обед	12.00-12.15	12.00-12.15	12.45-13.00	12.45-13.00	12.45-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15–15.00	12.15–15.00	13.00–15.00	13.00–15.00	13.00–15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00–15.30	15.00–15.30	15.00–15.30	15.00–15.30	15.00–15.30
Полдник	15.30–15.45	15.30–15.45	15.30–15.45	15.30–15.45	15.30–15.45
Игры, самостоятельная и организованная детская дея-ть, кружки, занятия, занятия со специалистами	15.45–16.15	15.45–16.30	15.45–16.30	15.45–17.00	15.45–16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15–18.00	16.30–18.00	16.30–18.00	17.00–18.00	16.40–18.00
Вечерний круг	18.00–18.10	18.00–18.10	18.00–18.10	18.00–18.10	18.00–18.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.10–18.20	18.10–18.20	18.10–18.20	18.10–18.20	18.10–18.20
Подготовка к ужину	18.20–18.30	18.20–18.30	18.20–18.30	18.20–18.30	18.20–18.30
Ужин	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад №142»**

**Юр. адрес: 344000, г. Ростов-на-Дону,
ул. Мечникова, 77а
Факт. адрес: 344012, г. Ростов-на-Дону,
ул. Целиноградская, 4/5**

**тел./факс 232-85-90
E-mail: 142dou@mail.ru**

СОГЛАСОВАН
Педагогическим советом
МБДОУ Детский сад № 142
Протокол № 1 от 31.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕН
Заведующий МБДОУ №142
Приказ № 198-ОД от 31.08.2026г
_____ Т. В. Михайловская

**Михайловская
Татьяна
Викторовна**

Подписано: Михайловская Татьяна Викторовна
ДНУ: СП «Михайловская Татьяна Викторовна,
с. № 142» МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ
«ДЕТСКИЙ
САД № 142», email=142dou@mail.ru
Причина: Я одобряю этот документ
Дата: 2026.08.31 15:49:37 +03'00'

РЕЖИМ ДНЯ

Режим пребывания в МБДОУ №142
(теплый период)

Режимные моменты	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Самостоятельная деятельность, игры	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15
Образовательная деятельность на прогулке (в летний период) Игры, наблюдения,	9.15-10.30	9.15-10.30	9.15- 10.30	9.15-10.30	9.15-10.30
Второй завтрак	10.30 –10.45	10.30 – 10.45	10.30 – 10.20	10.30- 10.40	10.30- 10.40
Прогулка, свободная деятельность детей	10.45- 12.05	10.45- 12.05	10.20- 11.50	10.40- 12.30	10.40- 12.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.05- 12.10	12.05- 12.10	11.50- 12.15	12.30- 12.45	12.40- 12.45
Подготовка к обеду, обед	12.10- 12.20	12.10- 12.20	12.15- 13.00	12.45- 13.00	12.45- 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20- 15.20	12.40- 15.20	13.00- 15.00	13.00- 15.00	13.00- 15.00
Подъем, воздушные и водные ванны, закаливание	15.20- 15.30	15.20- 15.30	15.00- 15.30	15.00- 15.30	15.00- 15.30
Полдник	15.30- 15.50	15.30- 16.00	15.30- 16.00	15.30- 16.00	15.30- 16.00
Самостоятельная деятельность, игры, занятия по дополнительному образованию	15.50- 16.15	16.00- 16.30	16.00- 16.30	16.00- 16.30	16.00- 16.30
Прогулка, игры, труд	16.15- 18.00	16.30- 18.00	16.30- 18.15	16.30- 18.15	16.30- 18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.15- 18.30	18.15- 18.30	18.15- 18.30	18.15- 18.30	18.15- 18.30
Ужин	18.30- 18.45	18.30- 18.45	18.30- 18.45	18.30- 18.45	18.30- 18.45
Прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой	18.45- 19.00	18.45- 19.00	18.45- 19.00	18.45- 19.00	18.45- 19.00