

Утверждаю

Заведующая МБДОУ «Детский сад № 144»



Л.Е.Носкова

Приказ № 13 от «01» 09 2025 г.

**Режим дня МБДОУ «Детский сад № 144»
на холодный период
2025-2026 уч.г.г.**

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	I МЛАДШАЯ ГРУППА (2-3 Г.)	II МЛАДШАЯ ГРУППА (3-4 Г.)	СРЕДНЯЯ ГРУППА (4-5 Л.)	СТАРШАЯ ГРУППА (5-6 Л.)	ПОДГОТОВ ИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (6-7 Л.)
приём, осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.10	7.30 – 8.20
утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00– 8.10	8.00 – 8.10	8.10 - 8.20	8.20 – 8.30
подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.45	8.10 – 8.35	8.10 – 8.40	8.20 – 8.50	8.30 – 8.50
самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00	8.35 – 8.50	8.40 – 9.15	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Организованная образовательная деятельность (в соответствии с сеткой занятий, перерывы между занятиями не менее 10 минут)	9.00 – 9.10 11.00-11.10	8.50 – 9.05 9.15 – 9.30	9.15 - 9.35 9.45 - 10.05	9.00 – 9.25 9.35 – 10.00	9.00 – 9.30 9.40 - 10.10 10.20-10.50
второй завтрак	10.00-10.05	10.00-10.05	10.05-10.10	10.00 – 10.05	10.10 – 10.15
подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.05 – 11.30	10.05 – 11.40	10.10 – 11.45	10.05 – 12.00	10.50 – 12.05
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.05	11.40 – 12.10	11.45 – 12.15	12.00 – 12.30	12.05 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.05 – 15.05	12.10 – 15.00	12.15 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры, полдник	15.05 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20
Самостоятельная, игровая деятельность, дополнительная образовательная деятельность	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.35	15.20 – 15.40	15.20 – 15.45
подготовка к ужину, ужин	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.35 – 16.00	15.40 – 16.00	15.45 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой	16.00 – 18.00	16.00 – 18.00	16.00 – 18.00	16.00 – 18.00	16.00– 18.00