

## Режим дня на 2025-2026 учебный год

(холодный период года)

Режимные моменты	2-3г	3-4г	4-5 л	5-6 л	6-7 л
Прием детей, игры, самостоятельная деятельность	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.20
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-8.10	08.12-08.22	08.24-08.34	8.36-08.46
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40	8.10-8.40	8.15-8.50	08.20-08.50	08.30-08.55
Игры, подготовка к занятиям	08.40-9.20	8.40-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	08.55-09.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.30-09.40 09.50-10.00 Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00-9.15 9.25-09.40	9.00-9.50	9.00-10.35	9.00-10.50
Питьевой режим (сок) Второй завтрак	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Подготовка к прогулке, Прогулка	10.00-11.30	10.00-12.00	10.05-12.00	10.40-12.10	10.50-12.20
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.10	12.00-12.40	12.15-12.45	12.20-12.50	12.25-12.50

Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10	12.40- 15.10	12.45-15.10	13.00- 15.10	13.00- 15.10
Постепенный подъем,  гигиенические процедуры	15.10-15.30	15.10- 15.30	15.10-15.30	15.10- 15.30	15.10- 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00	15.30	15.30	15.30	15.30
Занятия (при необходимости)	16.00-16.10 16.10-16.20 Занятия в игровой форме по подгруппам	15.50- 16.05	15.50-16.10	16.00- 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30	16.05- 16.40	16.10-16.50	16.25- 17.00	16.00- 17.00
Подготовка к ужину,  Ужин	16.30-17.00	16.50- 17.10	16.55-17.15	17.00- 17.20	17.05- 17.25
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00	17.10- 19.00	17.15-19.00	17.20- 19.00	17.25- 19.00
Уход детей домой	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00