



**Режим дня. Основной период
на 2025 - 2026 учебный год**

Режимные мероприятия	Возрастные группы ДОУ				
	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7 ⁰⁰ -8 ²⁰ (1ч 20 мин)	7 ⁰⁰ -8 ²⁰ (1ч 20 мин)	7 ⁰⁰ -8 ²⁰ (1ч 20 мин)	7 ⁰⁰ -8 ²⁰ (1ч 20 мин)	7 ⁰⁰ -8 ²⁰ (1ч 20 мин)
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК, дежурство	8 ²⁰ -9 ⁰⁰ (40 мин)	8 ²⁰ -9 ⁰⁰ (40 мин)	8 ²⁰ -8 ⁵⁰ (30 мин)	8 ²⁰ -8 ⁵⁰ (30 мин)	8 ²⁰ -8 ⁵⁰ (30 мин)
Игры, подготовка к занятиям, занятия, занятия со специалистами, самостоятельная деятельность	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ (60 мин)	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ (60 мин)	8 ⁵⁰ -10 ¹⁰ (1ч 20 мин)	8 ⁵⁰ -10 ³⁰ (1ч 40 мин)	8 ⁵⁰ -10 ⁵⁰ (2ч)
Второй завтрак	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)
Подготовка к прогулке, ПРОГУЛКА	10 ⁰⁰ -11 ³⁰ (1ч 30 мин)	10 ⁰⁰ -11 ⁵⁰ (1ч 50 мин)	10 ¹⁰ -11 ⁵⁰ (1ч 40 мин)	10 ³⁰ -12 ⁰⁰ (1ч 30 мин)	10 ⁵⁰ -12 ⁰⁵ (1ч 15 мин)
Самостоятельная деятельность	30 мин.	35 мин.	35 мин.	40 мин.	40 мин.
Возвращение с прогулки, игры	11 ³⁰ -11 ⁴⁰ (10 мин)	11 ⁵⁰ -12 ⁰⁰ (10 мин)	11 ⁵⁰ -12 ⁰⁰ (10 мин)	12 ⁰⁰ -12 ¹⁰ (10 мин)	12 ⁰⁵ -12 ¹⁵ (10 мин)
Подготовка к обеду, ОБЕД, дежурство	11 ⁴⁰ -12 ¹⁰ (30 мин)	12 ⁰⁰ -12 ²⁰ (20 мин)	12 ⁰⁰ -12 ³⁰ (30 мин)	12 ¹⁰ -12 ³⁰ (20 мин)	12 ¹⁵ -12 ³⁰ (15 мин)
Подготовка ко сну, чтение перед сном, ДНЕВНОЙ СОН постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	12 ¹⁰ -15 ¹⁰ (3ч)	12 ²⁰ -15 ⁰⁰ (2ч 40 мин)	12 ³⁰ -15 ⁰⁰ (2ч 30 мин)	12 ³⁰ -15 ⁰⁰ (2ч 30 мин)	12 ³⁰ -15 ⁰⁰ (2ч 30 мин)
Подготовка к полднику, ПОЛДНИК	15 ¹⁰ -15 ³⁰ (20 мин)	15 ⁰⁰ -15 ²⁰ (20 мин)	15 ⁰⁰ -15 ²⁰ (20 мин)	15 ⁰⁰ -15 ²⁰ (20 мин)	15 ⁰⁰ -15 ²⁰ (20 мин)
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15 ³⁰ -16 ²⁰ (50 мин)	15 ²⁰ -16 ³⁰ (1ч 10 мин)	15 ²⁰ -16 ³⁰ (1ч 10 мин)	15 ²⁰ -16 ³⁰ (1ч 10 мин)	15 ²⁰ -16 ⁴⁵ (1ч 25 мин)
Подготовка к прогулке ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность	16 ²⁰ -17 ⁵⁰ (1ч 30 мин) 30 мин.	16 ³⁰ -18 ¹⁵ (1ч 45 мин) 35 мин.	16 ³⁰ -18 ¹⁵ (1ч 45 мин) 30 мин.	16 ³⁰ -18 ¹⁵ (1ч 45 мин) 35 мин.	16 ⁴⁵ -18 ¹⁵ (1ч 30 мин) 35 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	17 ⁵⁰ -18 ³⁰ (40 мин)	18 ¹⁵ -18 ³⁰ (15 мин)	18 ¹⁵ -18 ³⁰ (15 мин)	18 ¹⁵ -18 ³⁰ (15 мин)	18 ¹⁵ -18 ³⁰ (15 мин)
УЖИН Уход детей домой.	18 ³⁰ -19 ⁰⁰ (30 мин)	18 ³⁰ -19 ⁰⁰ (30 мин)	18 ³⁰ -19 ⁰⁰ (30 мин)	18 ³⁰ -19 ⁰⁰ (30 мин)	18 ³⁰ -19 ⁰⁰ (30 мин)