

РЕЖИМ ДНЯ НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

МЛАДШАЯ ГРУППА

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД



- гибкость режима ■ четкое определение времени

Режимные моменты	Время проведения
Дома:	
● Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В ДОУ:	
● Приём, осмотр, самост-ная деятельность, игры, труд	7.00-8.10
■ Утренняя гимнастика	8.05-8.15
■ Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.35
● Игры, подготовка к занятиям	8.35-9.00
■ Занятия	<u>ПН</u> 1. 8.40 - 8.50 2. 9.00 - 9.10 // 9.30 - 9.40 - по подгр <u>СР.</u> 1. 8.40 - 8.50 // 9.00 - 9.10 - по подгр 2. 9.25-9.40 <u>ВТ,ЧТ,ПТ</u> 9.00-9.15 9.25-9.40
■ Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	9.40 - 9.50
● Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самост-ная деят-ть, труд, наблюдения)	9.50 -11.20
● Возвращение с прогулки, самост-ная деятельность	11.20 – 11.40
■ Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00
● Подготовка ко сну, сон	12.00-15.00
● Подъем, воздушные, водные процедуры, самост-ная деятельность	15.00-15.25
■ Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
● Самостоятельная деятельность, игры	15.50- 16.30
● подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30-17.30
Дома:	
■ Ужин	18.15-18.45
● Подготовка к прогулке, прогулка, сам-ная деят-ть, игры	18.45-19.00 19.00-20.00
● Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Ночной сон	20.30-6.30(7.30)