

УТВЕРЖДЕН  
 Приказом МБДОУ детского сада № 21 г. Павлово  
 от 29.08.2025



## РЕЖИМ ДНЯ НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД СТРАШАЯ ГРУППА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

- гибкость режима ■ четкое определение времени

Режимные моменты	Время проведения
Дома: ● Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В ДОУ: ● Приём, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, труд	7.00-7.05
■ Утренняя гимнастика	8.05 – 8.15
● Самостоятельная деятельность	8.15-8.30
■ Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
● Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
■ Занятия	9.00-9.25
■ Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	9.55-10.20
● Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность, труд, наблюдения)	9.35-9.45
● Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10.20-12.00
■ Подготовка к обеду, обед	12.00-12.10
● Подготовка ко сну, сон	12.10-12.30
● Подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность	12.30-15.00
■ Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.15
Игры, подготовка к занятиям	15.15-15.30
■ Занятия	Понедельник, среда 15.30-.15.55
● Самостоятельная деятельность, игры	Вторник: <u>кружок</u> 1. 15.30-15.55
■ Подготовка к ужину, ужин	2. 16.05.-16.30
● Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	15.30-16.30
Дома: ■ Ужин	17.00-17.30
● Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, игры	17.30-18.30
● Спокойные игры, гигиенические процедуры	18.20-18.45
Ночной сон	18.45-19.00
	19.00-20.10
	20.10-20.30
	20.30-6.30 (7.30)