УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «ДС № 3»
_____Н.В.Саломатова
«_28_» ___08_____ 2026 г.

Режим дня (холодный период года)

Режимные моменты	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Разновозрастная группа
Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка, гигиенические процедуры, дежурство	7.15 – 8.20	7.15 – 8.25	7.15 – 8.25	7.15 – 8.30	7.15 – 8.30
Завтрак	8.20 – 8.40	8.25 – 8.45	8.25 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45
Самостоятельная деятельность	8.40 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00
Занятия *(включая перерывы между занятиями, самостоятельную деятельность)*	9.00 – 9.30	9.00 – 9.40	9.00 – 10.00	9.00 – 10.00	8.55 – 10.30
Второй завтрак	9.30 – 9.40	9.40 – 9.50	10.00 –10.10	10.10 – 10.20	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40 – 11.20	9.50 – 11.50	10.10 –12.00	10.20 – 12.10	10.40 – 12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	11.20 – 11.40	11.50–12.10	12.00 –12.15	12.10 – 12.25	12.10 – 12.25
Обед. Подготовка ко сну.	11.40 – 12.00	12.10 –12.30	12.15 –12.35	12.25 - 12.40	12.25 - 12.40
Дневной сон	12.00 – 15.00	12.30 –15.00	12.35 –15.05	12.40 – 15.10	12.40 – 15.10
Постепенный подъем *(гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность)*	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.05 –15.20	15.10 – 15.25	15.10 – 15.25
Полдник	15.20 – 15.35	15.20 –15.35	15.20 –15.30	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.35 – 16.00	15.35 –15.45	15.30 –15.45	15.35 – 15.50	15.35 – 15.50
Занятия	-	15.45 –16.00	15.45 –16.05	15.50 –16.15	15.50 –16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.00 – 17.45	16.00 –17.45	16.05 –17.45	16.15 – 17.45	16.20 – 17.45