

РЕЖИМ ДНЯ №1 НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (с 01.09.2025 г. – 31.05.2026 г.)

(гибкий режим)

Режимные моменты	Подготовительная группа (6-7 лет) с УОЛС №2	Старшая группа (5-6 лет) с УОЛС №3	Подготовительная группа (6-7 лет) с ТНР №4	Средняя группа (4-6 лет) с ЗПР №5	Старшая группа (5-6 лет) с ЗПР №6
Прием, осмотр, игры, самообслуживание, СД	7.30-8.30	7.30-8.25	7.30-8.40	7.30-8.20	7.30-8.35
Утренняя гимнастика	8.00-8.10 (10 мин)	8.00-8.10 (10 мин)	8.15-8.25 (10 мин)	8.00-8.10 (10 мин)	8.15-8.25 (10 мин)
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30-8.50 (15-20 мин)	8.25-8.45 (15-20 мин)	8.40-8.55 (10-15 мин)	8.20-8.40 (15-20 мин)	8.35-8.50 (15-20 мин)
СД, игры, подготовка к НОД	8.50-9.00 9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50 (Пн Вт Ср Чт) 11.30 - 12.00 (Пт)	8.45-9.00 9.00 - 9.25 9.35 - 10.00 (Вт Ср Чт Пт) 11.35 - 12.00 (Пн)	8.55-9.00 9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50 (Вт Чт Пт) 11.30 - 12.00 (Ср)	8.40-9.00 9.00 - 9.20 9.30 - 9.50 (не менее 10 мин)	8.50-9.00 9.00 - 9.25 9.35 - 10.00 (Пн Вт Ср Пт) 11.35 - 12.00 (Чт) (не менее 10 мин)
Перерыв / игры СД	(не менее 10 мин)	(не менее 10 мин)	(не менее 10 мин)	(не менее 10 мин)	(не менее 10 мин)
Второй завтрак	10.10	10.10	10.10	10.10	10.10
Игры, инд. коррекцион. работа СД. Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.45-12.15 (1 ч 30 мин)	10.40-12.10 (1 ч 30 мин)	10.55-12.25 (1 ч 30 мин)	10.35-12.05 (1 ч 30 мин)	10.50-12.20 (1 ч 30 мин)
Возвращение с прогулки СД	12.15-12.30	12.10-12.25	12.25-12.40	12.05-12.20	12.20-12.35
Подготовка к обеду. Обед.	12.30-12.50 (15-20 мин)	12.25-12.45 (15-20 мин)	12.40-12.55 (10-15 мин)	12.20-12.40 (15-20 мин)	12.35-12.50 (10-15 мин)

Подготовка ко сну. Гигиенич., заканчивающие процедуры. Чтение худож. литературы. СД. * Дневной сон	12.50-15.20 (2 ч 30 мин)	12.45-15.15 (2 ч 30 мин)	12.55-15.25 (2 ч 30 мин)	12.40-15.10 (2 ч 30 мин)	12.50-15.20 (2 ч 30 мин)
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры. СД	15.20-15.35	15.15-15.30	15.25-15.40	15.10-15.25	15.20-15.35
Подготовка к полднику. Полдник	15.35-15.50 (10-15 мин)	15.30-15.45 (10-15 мин)	15.45-15.55 (10 мин)	15.25-15.40 (10-15 мин)	15.40-15.55 (10-15 мин)
Игры / Конструирование	15.50 - 16.30	15.45-16.30	15.55-16.30	15.40-16.30	15.50-16.30
НОД Чтение худож. литературы. СД	16.00 - 16.25 (Вт Ср Чт)	16.00 - 16.25 (Вт Ср Чт)	16.00 - 16.30 (Пн)		16.00-16.25 (Вт Ср Чт)
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой. СД	16.30-18.00 (1 ч 30 мин)	16.30-18.00 (1 ч 30 мин)	16.30-18.00 (1 ч 30 мин)	16.30-18.00 (1 ч 30 мин)	16.30-18.00 (1 ч 30 мин)
Итого ежедневно: * Дневная суммарная образовательная нагрузка * Прогулка	75 мин 3 ч	75 мин 3 ч	90 мин 3 ч	40 мин 3 ч	75 мин 3 ч

СД - самостоятельная деятельность детей, возможная в данном режимном моменте.

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических требований к организации питания населения» (Зарегистрирован 11.11.2020 № 60833)

— таблица 6.6

— таблица 6.7

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097570

Владелец Мерзлякова Олеся Леонидовна

Действителен с 10.04.2025 по 10.04.2026