

«Принято»
на педагогическом совете
МБДОУ «ЦРР - д/с №22 «Алсу»
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «ЦРР - д/с №22 «Алсу»
И.Ф. Тухбатуллина
Приказ № 1 от «29» августа 2025 г.

**Примерный режим дня
на 2025-2026 учебный год (на холодный период)**

Режимные моменты	Вторая младшая	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная
Утренний прием, осмотр, самостоятельная свободная игровая деятельность, утренняя прогулка (35 мин.)	06.30-08.10	06.30-08.10	06.30-08.10	06.30-08.10
Утренняя гимнастика	07.30-07.40	07.40-07.50	08.00-08.10	08.00-08.10
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08.10-08.40	08.10-08.40	08.10-08.35	08.10-08.35
Утренний круг	08.40-08.45	08.40-08.50	08.35-08.45	08.35-08.45
Партнёрская образовательная деятельность педагога с детьми (по сетке), детей между собой, самостоятельная свободная деятельность детей	08.50-10.00	08.50-10.10	08.45-10.50	08.45-11.05
Второй завтрак	09.45	10.00	10.10	10.15
Подготовка к прогулке. Прогулка, включая самостоятельную, свободную деятельность детей	10.00-11.30	10.10- 12.00	10.50- 12.10	11.05 - 12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.45	12.00-12.15	12.10-12.15	12.15-12.20
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.15	12.15-12.45	12.15-12.45	12.20-12.45
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.15-15.00	12.45-15.15	12.45 -15.15	12.45-15.15
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.15	15.15-15.25	15.15 -15.20	15.15-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.25-15.35	15.20-15.30	15.20-15.30
Самостоятельная игровая, познавательно-исследовательская деятельность детей, самообслуживание, элементарно бытовой труд, общение, досуги, чтение художественной литературы, кружки. Подготовка к ужину	15.25-16.30	15.35-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30
Ужин	16.30-16.55	16.30-16.55	16.30-16.55	16.30-16.50
Вечерний круг	16.55-17.10	16.55-17.10	16.55-17.10	16.50-17.05
Подготовка к прогулке. Прогулка, включая самостоятельную, свободную игровую деятельность детей. Уход домой	17.10-18.30	17.10-18.30	17.10-18.30	17.05-18.30
Прогулка	3 ч 25 мин.	3 ч 45 мин.	3 ч 15 мин.	3 ч
Сон	2 ч 45 мин.	2 ч 30 мин.	2 ч 30 мин.	2 ч 30 мин.