

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К РЕЖИМУ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД №95 «МЫ» НМР РТ
на 2025 – 2026 учебный год**

Режим дня составлен в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2022 № 2, действующим до 1 марта 2027 г. (далее – Гигиенические нормативы), и Санитарными правилами СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (далее – Санитарно-эпидемиологические требования), приказом Минобрнауки от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», уставом детского сада и положением о режиме воспитанников МБДОУ №95, образовательной программой МБДОУ № 95. В МБДОУ № 95 функционирует 14 дошкольных групп:

- группа для детей в возрасте от 3 до 4 лет – 2.
- группа для детей в возрасте от 4 до 5 лет – 4.
- группа для детей в возрасте от 5 до 6 лет – 4.
- группа для детей в возрасте от 6 до 7 лет – 4.

Режим дня представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Основными компонентами режима являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена.

При организации режима предусматривается оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточная двигательная активность ребенка в течение дня, обеспечивается сочетание умственной и физической нагрузки.

Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно пункту 185 Гигиенических нормативов при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОУ и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32 (далее – СанПиН по питанию).

В режимные моменты выносятся:

- в старших группах № 3,4,5,14 в режимных моментах организуется занятие по татарскому/английскому языку;
- в старшей группе № 5 в режимных моментах организуется одно занятие физкультурой на прогулке.

«Утвержден»
Заведующий МБДОУ «ЦРР - детский сад
«Мы» Н.Т. Кузнецова
«29» августа 2025

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Младшая группа № 10

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием детей, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, свободные игры	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-
3.	Подготовка к завтраку	07.25-07.30	07.25-07.30	07.25-07.30	07.25-07.30	07.25-
4.	Завтрак	07.30-07.50	07.30-07.50	07.30-07.50	07.30-07.50	07.30-
5.	Утренний круг	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-
6.	Образовательная деятельность 1	08.00-08.15	08.00-08.15	08.00-08.15	08.00-08.15	08.00-
7.	Самостоятельная деятельность	08.15-08.25	08.15-08.25	08.15-08.30	08.15-08.25	08.15-
8.	Образовательная деятельность 2	08.25-08.40	08.25-08.40	08.30-08.45	08.25-08.40	08.25-
9.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.40-08.45	08.40-08.45	08.45-08.50	08.40-08.45	08.40-
10.	Подготовка к прогулке	08.45-09.00	08.45-09.00	08.50-09.10	08.45-09.00	08.45-
11.	Прогулка ОД на прогулке	09.00-11.10	09.00-11.10	09.10-11.10	09.00-11.10	09.00-
12.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10-11.30	11.10-11.30	11.10-11.30	11.10-11.30	11.10-
13.	Подготовка к обеду	11.30-11.35	11.30-11.35	11.30-11.35	11.30-11.35	11.30-
14.	Обед	11.35-11.55	11.35-11.55	11.35-11.55	11.35-11.55	11.35-
15.	Подготовка ко сну	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-
16.	Дневной сон	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-
17.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-
18.	Самостоятельная деятельность	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-
19.	Вечерний круг	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-
20.	Подготовка к полднику	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-
21.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-
22.	Подготовка к прогулке	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-
23.	Прогулка	16.15-17.50	16.15-17.50	16.15-17.50	16.15-17.50	16.15-
24.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-

Прогулка: 3 ч.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР О.П. Нестерова
Медицинская сестра Л.М. Минина

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «ЦРР – детский сад № 95
«Мы» _____ Н.Т. Кушабек
« 29 » августа 2025

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Младшая группа № 11

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятник
1.	Прием детей, утренний фильм, самостоятельная деятельность, свободные игры	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25
3.	Подготовка к завтраку	07.25-07.30	07.25-07.30	07.30-07.40	07.25-07.30	07.25-07.30
4.	Завтрак	07.30-07.50	07.30-07.50	07.40-07.50	07.30-07.50	07.30-07.50
5.	Утренний круг	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00
7.	Образовательная деятельность 1	08.00-08.15	08.00-08.15	08.00-08.15	08.00-08.15	08.00-08.15
8.	Образовательная деятельность 2	08.25-08.40	08.25-08.40	08.30-08.45	08.25-08.40	08.25-08.40
	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.40-08.45	08.40-08.45	08.45-08.50	08.40-08.45	08.40-08.45
9.	Подготовка к прогулке	08.45-09.00	08.45-09.00	08.50-09.05	08.45-09.00	08.45-09.00
10.	Прогулка ОД на прогулке	09.00-11.10	09.00-11.10	09.05-11.10	09.00-11.10	09.00-11.10
11.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10-11.30	11.10-11.30	11.10-11.30	11.10-11.30	11.10-11.30
12.	Подготовка к обеду	11.30-11.35	11.30-11.35	11.30-11.35	11.30-11.35	11.30-11.35
13.	Обед	11.35-11.55	11.35-11.55	11.35-11.55	11.35-11.55	11.35-11.55
14.	Подготовка ко сну	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00
15.	Дневной сон	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50
16.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
18.	Самостоятельная деятельность	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
19.	Вечерний круг	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
20.	Подготовка к полднику	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35
21.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00
22.	Подготовка к прогулке	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15
23.	Прогулка	16.15-17.50	16.15-17.50	16.15-17.50	16.15-17.50	16.15-17.50
24.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00

Прогулка: 3 ч

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР _____ О.П. Несте
Медицинская сестра _____ Л.М. Миннеб

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «ЦРР – детский сад № 95
«Мы»  Н.Т. Куржабекова
«29» августа 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Средняя группа № 1



№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Приход детей, свободные игры, самостоятельная деятельность в том числе и на улице	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00-07.20
2.	Утренняя гимнастика	07.20-07.30	07.20-07.30	07.20-07.30	07.20-07.30	07.20-07.30
3.	Подготовка к завтраку	07.30-07.35	07.30-07.35	07.30-07.35	07.30-07.35	07.30-07.35
4.	Завтрак	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50
5.	Утренний круг	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00
6.	Самостоятельная деятельность	08.00-08.25	08.00-08.25	08.00-08.55		08.00-08.25
7.	Образовательная деятельность 1	08.25-08.45	08.25-08.45	08.25-08.45	08.00-08.20	08.25-08.45
8.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.45-08.50	08.45-08.55	08.45-08.55	08.50-08.55	08.45-08.55
9.	Образовательная деятельность 2	10.05-10.25	08.55-09.15	08.55-09.15	11.10-11.30	08.55-09.15
10.	Самостоятельная деятельность	08.50-10.05				
11.	Подготовка к прогулке	10.25-10.35	09.15-09.30	09.15-09.30	08.55-09.10	09.15-09.30
12.	Прогулка ОД на прогулке	10.35-11.50	09.30-11.30	09.30-11.30	09.10-11.00	09.30-11.30
13.	Возвращение с прогулки	11.50-12.05	11.30-11.40	11.30-11.40	11.00-11.10	11.30-11.40
14.	Подготовка к обеду	12.05-12.10	11.40-11.45	11.40-11.45	11.30-11.35	11.40-11.45
15.	Обед	12.10-12.25	11.45-12.00	11.45-12.00	11.35-11.55	11.45-12.00
16.	Подготовка ко сну	12.25-12.30	12.00-12.10	12.00-12.10	11.55-12.05	12.10-12.20
17.	Дневной сон	12.30-14.50	12.10-14.50	12.10-14.50	12.05-14.50	12.20-14.50
18.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
19.	Вечерний круг	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
20.	Самостоятельная деятельность	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
21.	Подготовка к полднику	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35
22.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.35-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15
24.	Прогулка	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00
25.	Уход домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00
Прогулка: 3 ч						

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР
Медицинская сестра



О.П. Нестеров
Л.М. Миннебаев

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Приход детей, свободные игры, самостоятельная деятельность в том числе и на улице	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25
3.	Подготовка к завтраку	07.25-07.35	07.25-07.35	07.25-07.35	07.25-07.35	07.25-07.35
4.	Завтрак	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50
5.	Утренний круг	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00
6.	Самостоятельная деятельность	08.00-08.25	08.00-08.25	08.00-08.30		08.00-08.30 08.55-09.00
7.	Образовательная деятельность 1	08.25-08.45	08.25-08.45	08.30-08.50	08.00-08.20	08.25-08.45
8.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.45-08.55	08.45-08.55	08.50-09.00	08.50-09.00	08.45-08.55
9.	Образовательная деятельность 2	08.55-09.15	08.55-09.15	09.00-09.20	08.30-08.50	09.30-09.45
11.	Подготовка к прогулке	09.15-09.30	09.15-09.30	09.20-09.35	09.00-09.15	09.50-10.05
12.	Прогулка ОД на прогулке	09.30-11.30	09.30-11.30	09.35-11.30	09.15-11.30	10.05-11.30
13.	Возвращение с прогулки	11.30-11.40	11.30-11.40	11.30-11.40	11.30-11.40	11.40-11.50
14.	Подготовка к обеду	11.40-11.45	11.40-11.45	11.40-11.45	11.40-11.45	11.50-11.55
15.	Обед	11.45-12.00	11.45-12.00	11.45-12.00	11.45-12.00	11.55-12.00
16.	Подготовка ко сну	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.10-12.20
17.	Дневной сон	12.10-14.50	12.10-14.50	12.10-14.50	12.10-14.50	12.20-14.50
18.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
19.	Вечерний круг	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
20.	Самостоятельная деятельность	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
21.	Подготовка к полднику	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35
22.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
23.	Подготовка к прогулке	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15
24.	Прогулка	16.15-17.50	16.15-17.50	16.15-17.50	16.15-17.50	16.15-17.50
25.	Самостоятельная деятельность детей, Уход домой	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00

Прогулка: 3 ч

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР
Медицинская сестра
О.П. Нестерова
Л.М. Миннебаева

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Средняя группа № 12

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием детей, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, свободные игры	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25
3.	Подготовка к завтраку	07.25-07.30	07.25-07.30	07.25-07.30	07.25-07.30	07.25-07.30
4.	Завтрак	07.30-07.45	07.30-07.45	07.30-07.45	07.30-07.45	07.30-07.45
5.	Утренний круг	07.45-07.55	07.45-07.55	07.45-07.55	07.45-07.55	07.45-07.55
6.	Самостоятельная деятельность	07.55-08.00	07.55-08.30	07.55-08.25	07.55-08.20	07.55-08.25
7.	Образовательная деятельность 1	08.00-08.20	08.30-08.50	08.25-08.45	08.20-08.40	08.25-08.45
8.	Самостоятельная деятельность	08.20-08.55	08.50-08.55			
	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.55-09.00	08.55-09.00	08.45-08.50	08.40-08.50	08.45-08.55
9.	Образовательная деятельность 2	09.00-09.20	09.00-09.20	11.00-11.20	08.50-09.10	08.55-09.15
11.	Подготовка к прогулке	09.20-09.35	09.20-09.35	08.50-09.05	09.10-09.25	09.15-09.30
12.	Прогулка ОД на прогулке	09.35-11.20	09.35-11.20	09.05-10.45	09.25-11.20	09.30-11.20
13.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-11.30	11.20-11.30	10.45-11.00	11.20-11.30	11.20-11.30
14.	Подготовка к обеду	11.30-11.35	11.30-11.35	11.20-11.25	11.30-11.35	11.30-11.35
15.	Обед	11.35-11.55	11.35-11.55	11.25-11.50	11.35-11.55	11.35-11.55
16.	Подготовка ко сну	11.55-12.00	11.55-12.00	11.50-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00
17.	Дневной сон	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50
18.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
19.	Самостоятельная деятельность	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
20.	Вечерний круг	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
21.	Подготовка к полднику	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35
22.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.35-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10
24.	Прогулка	16.10-17.50	16.10-17.50	16.10-17.50	16.10-17.50	16.10-17.50
25.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00
Прогулка: 3 ч						

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР О.П. Нестерова
Медицинская сестра Л.М. Миннебаева

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Средняя группа № 13



№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием детей, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, свободные игры	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15	06.00-07.15
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25	07.15-07.25
3.	Подготовка к завтраку	07.25-07.30	07.25-07.30	07.25-07.30	07.25-07.30	07.25-07.30
4.	Завтрак	07.30-07.50	07.30-07.50	07.30-07.50	07.30-07.50	07.30-07.50
5.	Утренний круг	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00
6.	Самостоятельная деятельность	08.00-08.25	08.00-08.25		08.00-08.20	08.00-08.30
7.	Образовательная деятельность 1	08.25-08.45	08.25-08.45	08.00-08.20	08.20-08.40	08.30-08.50
8.	Самостоятельная деятельность		08.45-08.50	08.20-08.25	08.40-08.45	08.50-08.55
8.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.45-08.55	08.50-08.55	08.25-08.30	08.45-08.50	08.55-09.00
9.	Образовательная деятельность 2	08.55-09.15	08.55-09.15	08.30-08.50	08.50-09.10	09.00-09.20
11.	Подготовка к прогулке	09.15-09.30	09.15-09.30	08.50-09.15	09.10-09.25	09.20-09.35
12.	Прогулка ОД на прогулке	09.30-11.20	09.30-11.20	09.15-11.20	09.25-11.20	09.35-11.20
13.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-11.30	11.20-11.30	11.20-11.30	11.20-11.30	11.20-11.30
14.	Подготовка к обеду	11.30-11.35	11.30-11.35	11.30-11.35	11.30-11.35	11.30-11.35
15.	Обед	11.35-11.55	11.35-11.55	11.35-11.55	11.35-11.55	11.35-11.55
16.	Подготовка ко сну	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00
17.	Дневной сон	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50	12.00-14.50
18.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
19.	Самостоятельная деятельность	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
20.	Вечерний круг	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
21.	Подготовка к полднику	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35
22.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.35-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10
24.	Прогулка	16.10-17.50	16.10-17.50	16.10-17.50	16.10-17.50	16.10-17.50
25.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00

Прогулка: 3 ч

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2024 года.

Заместитель заведующего по ВР  О.П. Нестерова
Медицинская сестра  Л.М. Миннебаева

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Старшая группа № 3

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей в том числе и на улице	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25
2.	Утренняя гимнастика	07.25-07.35	07.25-07.35	07.25-07.35	07.25-07.35	07.25-07.35
3.	Подготовка к завтраку	07.35-07.40	07.35-07.40	07.35-07.40	07.35-07.40	07.35-07.40
4.	Завтрак	07.40-08.00	07.40-08.00	07.40-08.00	07.40-08.00	07.40-08.00
5.	Утренний круг	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10
6.	Самостоятельная деятельность	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.55	08.10-08.30	08.10-08.30
7.	Образовательная деятельность 1	08.30-08.55	08.30-08.55	09.25-09.50	08.30-08.55	08.20-08.30
8.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.55-09.00	08.55-09.00	08.55-09.00	08.55-09.00	08.55-09.00
9.	Самостоятельная деятельность	09.00-09.30	09.00-09.20	09.00-09.25		09.40-10.00
10.	Образовательная деятельность 2	09.30-09.55		10.00-10.25	11.15-11.40	10.10-10.30
11.	Подготовка к прогулке	09.55-10.05	09.20-09.35	10.25-10.35	09.00-09.10	10.35-10.45
12.	Прогулка ОД на прогулке	10.05-12.05	09.35-12.00	10.35-12.10	09.10-11.05	10.45-12.00
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.05-12.15	12.00-12.10	12.10-12.20	11.05-11.15	12.10-12.20
14.	Обед	12.15-12.30	12.10-12.30	12.20-12.35	11.40-12.00	12.20-12.30
15.	Подготовка ко сну	12.30-12.35	12.30-12.35	12.35-12.40	12.00-12.05	12.35-12.40
16.	Дневной сон	12.35-14.50	12.35-14.50	12.40-14.50	12.05-14.50	12.40-14.50
17.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
18.	Вечерний круг	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
19.	Образовательная деятельность 3	15.10-15.35	15.10-15.35	16.05-16.20	15.10-15.35	15.10-15.35
20.	Подготовка к полднику	15.35-15.40	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45
21.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55
22.	Самостоятельная игровая деятельность, чтение худ. литературы	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15
23.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00
24.	Уход домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00
Прогулка 3 ч.						

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР  О.П.Нест
Медицинская сестра  Л.М. Минин

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Старшая группа № 4

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей в том числе и на улице	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25
2.	Утренняя гимнастика	07.25-07.35	07.25-07.35	07.25-07.35	07.25-07.35	07.25-07.35
3.	Подготовка к завтраку	07.35-07.40	07.35-07.40	07.35-07.40	07.35-07.40	07.35-07.40
4.	Завтрак	07.40-08.00	07.40-08.00	07.40-08.00	07.40-08.00	07.40-08.00
5.	Утренний круг	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10
6.	Самостоятельная деятельность	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.20
7.	Образовательная деятельность 1	08.30-08.55	08.30-08.55	08.30-08.55	08.30-08.55	08.25-08.55
8.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.55-09.00	08.55-09.00	08.55-09.00	08.55-09.00	08.55-09.00
9.	Самостоятельная деятельность	09.00-09.20	09.00-09.20	09.00-09.20	09.00-09.20	09.00-09.20
10.	Образовательная деятельность 2	09.20-09.45	09.25-09.50	09.20-09.45	09.10-09.35	
1.	Подготовка к прогулке	09.45-10.00	09.50-10.00	09.45-10.00	09.35-09.50	09.20-09.35
12.	Прогулка ОД на прогулке	10.00-12.00	10.00-12.00	10.00-12.00	09.50-12.00	09.35-12.00
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10
14.	Обед	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30
15.	Подготовка ко сну	12.30-12.35	12.30-12.35	12.30-12.35	12.30-12.35	12.30-12.35
16.	Дневной сон	12.35-14.50	12.35-14.50	12.35-14.50	12.35-14.50	12.35-14.50
17.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
18.	Вечерний круг	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
19.	Образовательная деятельность 3	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35
20.	Подготовка к полднику	15.35-15.40	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45
21.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55
22.	Самостоятельная игровая деятельность, чтение худ. литературы	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15
23.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00
24.	Уход домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР _____ О.П.Нестерова
Медицинская сестра _____ Л.М.Миннебаева

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «ЦРР – детский сад № 95
«Мы» _____ Н.Т. Кужабекова
«29» августа 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Старшая группа № 5

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Приход детей, свободные игры, самостоятельная деятельность в том числе и на улице	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00-07.20
2.	Утренняя гимнастика	07.20-07.30	07.20-07.30	07.20-07.30	07.20-07.30	07.20-07.30
3.	Подготовка к завтраку	07.30-07.35	07.30-07.35	07.30-07.35	07.30-07.35	07.30-07.35
4.	Завтрак	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50
5.	Утренний круг	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00
6.	Самостоятельная деятельность	08.00-08.25	08.00-08.25		08.00-08.20	08.00-08.20
7.	Образовательная деятельность 1	08.25-08.50	08.25-08.50	08.00-08.25	08.20-08.45	08.20-08.45
8.	Самостоятельная деятельность		09.00-09.10			
9.	Образовательная деятельность 2	09.00-09.25	09.10-09.35	08.35-09.00	09.45-10.10	08.55-09.20
10.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.50-09.00	08.50-09.00	09.00-09.10	08.45-08.55	08.45-08.55
11.	Подготовка к прогулке	09.25-09.40	09.35-09.50	09.10-09.25	08.55-09.15	09.20-09.35
12.	Прогулка ОД на прогулке	09.40-11.50	09.50-11.50	09.25-11.50	09.15-11.50	09.35-11.50
13.	Возвращение с прогулки	11.50-12.05	11.50-12.05	11.50-12.05	11.50-12.05	11.50-12.05
14.	Подготовка к обеду	12.05.-12.10	12.05.-12.10	12.05.-12.10	12.05.-12.10	12.05.-12.10
15.	Обед	12.10-12.25	12.10-12.25	12.10-12.25	12.10-12.25	12.10-12.25
16.	Подготовка ко сну	12.25-12.30	12.25-12.30	12.25-12.30	12.25-12.30	12.25-12.30
17.	Дневной сон	12.30-14.50	12.30-14.50	12.30-14.50	12.30-14.50	12.30-14.50
18.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
19.	Вечерний круг	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
20.	Образовательная деятельность 3	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35
21.	Подготовка к полднику	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40
22.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15
24.	Прогулка	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00
25.	Уход домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00

Прогулка: 3 ч

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР _____ О.П. Нестерова
Медицинская сестра _____ Л.М. Миннебаева

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Старшая группа № 14

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Приход детей, свободные игры, самостоятельная деятельность в том числе и на улице	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00-07.20
2.	Утренняя гимнастика	07.20-07.30	07.20-07.30	07.20-07.30	07.20-07.30	07.20-07.30
3.	Подготовка к завтраку	07.30-07.35	07.30-07.35	07.30-07.35	07.30-07.35	07.30-07.35
4.	Завтрак	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50	07.35-07.50
5.	Утренний круг	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00	07.50-08.00
6.	Самостоятельная деятельность	08.00-08.20	08.00-08.20	08.00-08.20	08.00-08.20	08.00-08.20
7.	Образовательная деятельность 1	08.20-08.45	08.20-08.45	08.20-08.45	08.20-08.45	08.20-08.45
8.	Самостоятельная деятельность		08.55-09.30			08.55-09.30
9.	Образовательная деятельность 2	10.05.-10.30	09.30-09.55	08.55-09.20	08.55-09.20	09.15-09.40
10.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.45-08.55	08.45-08.55	08.45-08.55	08.45-08.55	08.45-08.55
11.	Подготовка к прогулке	08.55-09.10	09.55-10.05	09.20-09.35	09.20-09.35	09.40-09.55
12.	Прогулка ОД на прогулке	09.10-10.00 10.40-12.00	10.05-12.10	09.35-12.00	09.35-12.00	09.50-12.10
13.	Возвращение с прогулки	12.00-12.15	12.10-12.20	12.00-12.15	12.00-12.15	12.00-12.15
14.	Подготовка к обеду	12.15-12.20	12.20-12.25	12.15-12.20	12.15-12.20	12.15-12.20
15.	Обед	12.20-12.35	12.25-12.40	12.20-12.35	12.20-12.35	12.20-12.35
16.	Подготовка ко сну	12.35-12.40	12.40-12.45	12.35-12.40	12.35-12.40	12.35-12.40
17.	Дневной сон	12.40-14.50	12.45-14.50	12.40-14.50	12.40-14.50	12.40-14.50
18.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
19.	Вечерний круг	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
20.	Образовательная деятельность 3	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35
21.	Подготовка к полднику	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40
22.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55
23.	Самостоятельная деятельность	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15	15.55-16.15
24.	Подготовка к прогулке	16.15-16.30	16.15-16.30	16.15-16.30	16.15-16.30	16.15-16.30
25.	Прогулка	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00
26.	Уход домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00

Прогулка: 3 ч

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР *О.П. Несте*
Медицинская сестра *Л.М. Миннеб*

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Подготовительная к школе группа № 6

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей в том числе и на улице	06.00-07.35	06.00-07.35	06.00-07.35	06.00-07.35	06.00-07.35
3.	Утренняя гимнастика на свежем воздухе	07.35-07.45	07.35-07.45	07.35-07.45	07.35-07.45	07.35-07.45
5.	Подготовка к завтраку, завтрак	07.45-08.00	07.45-08.00	07.45-07.55	07.45-08.00	07.45-07.55
	Утренний круг	08.00-08.10	08.00-08.10	07.55-08.00	08.00-08.10	07.55-08.00
6.	Самостоятельная деятельность	08.10-08.40	08.10-08.30		08.10-08.30	
7.	Образовательная деятельность 1	08.40-09.10	08.30-09.00	08.00-08.30	08.30-09.00	08.00-08.30
8.	Самостоятельная деятельность	09.10-09.15	09.40-10.05	08.30-09.05	09.00-09.05	08.30-09.05
9.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	09.15-09.20	09.00-09.10	09.05-09.10	09.05-09.10	09.05-09.10
10.	Образовательная деятельность 2	09.20-09.50	09.10-09.40	09.10-09.40	09.10-09.40	09.10-09.40
11.	Образовательная деятельность 3		10.05-10.35	09.50-10.20	09.50-10.20	10.00-10.30
12.	Подготовка к прогулке	09.50-10.05	10.35-10.45	10.20-10.35	10.20-10.35	10.30-10.45
13.	Прогулка ОД на прогулке	10.05-12.10	10.45-12.20	10.35-12.15	10.35-12.15	10.45-12.20
14.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10-12.20	12.20-12.30	12.15-12.25	12.15-12.25	12.20-12.30
15.	Подготовка к обеду	12.20-12.25	12.30-12.35	12.25-12.30	12.25-12.30	12.30-12.35
16.	Обед	12.25-12.40	12.35-12.45	12.30-12.40	12.30-12.40	12.35-12.45
17.	Подготовка ко сну	12.40-12.45	12.45-12.50	12.40-12.45	12.40-12.45	12.45-12.50
18.	Дневной сон	12.45-15.00	12.50-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.50-15.00
19.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
20.	Вечерний круг	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20
21.	Образовательная деятельность	15.20-15.50	15.20-15.50	15.20-15.50	15.20-15.50	15.20-15.50
22.	Подготовка к полднику	15.50-15.55	15.50-15.55	15.50-15.55	15.50-15.55	15.50-15.55
23.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10
24.	Подготовка к прогулке	16.10-16.25	16.10-16.25	16.10-16.25	16.10-16.25	16.10-16.25
25.	Прогулка	16.25-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00
26.	Уход домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00

Прогулка: 3 ч

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, от 28.01.2021 №2.
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР
Медицинская сестра

О.П. Нестерова
Л.М. Миннебаева

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
Подготовительная к школе группа № 7

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей в том числе и на улице	06.00-07.30	06.00-07.30	06.00-07.30	06.00-07.30	06.00-07.30
3.	Утренняя гимнастика на свежем воздухе	07.30-07.40	07.30-07.40	07.30-07.40	07.30-07.40	07.30-07.40
4.	Утренний круг	07.40-07.50	07.40-07.50	07.40-07.50	07.40-07.50	07.40-07.50
5.	Подготовка к завтраку, завтрак	07.50-08.00	07.50-08.10	07.50-08.10	07.50-08.10	07.50-08.10
7.	Самостоятельная деятельность		08.10-08.30	08.10-08.40	08.10-08.30	
8.	Образовательная деятельность 1	08.00-08.30	08.30-09.00	08.40-09.10	08.30-09.00	08.10-08.40
9.	Самостоятельная деятельность	08.30-09.00				08.40-08.45
10.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	09.00-09.10	09.00-09.10	09.10-09.20	09.00-09.10	08.45-08.55
11.	Образовательная деятельность 2	09.45-10.15	09.10-09.40	09.20-09.50	09.10-09.40	08.55-09.25
12.	Самостоятельная деятельность	09.10-09.45	09.40-10.00		09.45-10.05	09.25-09.55
13.	Образовательная деятельность 3		10.00-10.30	10.05-10.35	10.05-10.35	09.55-10.25
14.	Подготовка к прогулке	10.15-10.25	10.30-10.40	10.35-10.45	10.35-10.45	10.25-10.35
15.	Прогулка ОД на прогулке	10.25-12.10	10.40-12.20	10.45-12.20	10.45-12.20	10.35-12.20
16.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10-12.20	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30
17.	Подготовка к обеду	12.20-12.25	12.30-12.35	12.30-12.35	12.30-12.35	12.30-12.35
18.	Обед	12.25-12.40	12.35-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45
19.	Подготовка ко сну	12.40-12.45	12.45-12.50	12.45-12.50	12.45-12.50	12.45-12.50
20.	Дневной сон	12.45-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00
21.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
22.	Вечерний круг	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25
23.	Образовательная деятельность	15.25-15.55	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50
24.	Подготовка к полднику	15.55-16.00	15.55-16.00	15.55-16.00	15.55-16.00	15.55-16.00
25.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10	15.55-16.10
26.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00
27.	Уход домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00

Прогулка: 3ч

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, от 28.01.2021 №2.
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР О.П. Нестерова
Медицинская сестра Л.М. Миннебаева

Заведующий МБДОУ «ЦРР – детский сад
«Мы» _____ Н.Т. Кузбабе

«29» августа 2022

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
подготовительная к школе группа № 8

№ п/п	Вид деятельности	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей в том числе и на улице	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30
2.	Утренняя гимнастика	07.30-07.40	07.30-07.40	07.30-07.40	07.30-07.40	07.20-07.30
3.	Подготовка к завтраку	07.40-07.45	07.40-07.45	07.40-07.45	07.40-07.45	07.30-07.35
4.	Завтрак	07.45-08.00	07.45-08.00	07.45-08.00	07.45-08.00	07.35-07.40
5.	Утренний круг	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	07.50-07.55
6.	Самостоятельная деятельность	08.10-08.25	08.10-08.30	08.10-08.25	08.10-08.30	
7.	Образовательная деятельность 1	08.25-08.55	08.30-08.55	08.25-08.55	08.25-08.55	08.00-08.10
8.	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	08.55-09.00	08.55-09.00	08.55-09.00	08.55-09.00	08.30-08.35
9.	Самостоятельная деятельность	09.00-09.25		09.00-09.20	09.00-09.30	09.10-09.15
10.	Образовательная деятельность 2	09.25-09.55	11.10-11.40		09.30-09.55	08.40-08.45
11.	Образовательная деятельность 3					09.35-09.40
12.	Подготовка к прогулке	09.55-10.10	09.00-09.10	09.20-09.35	09.55-10.10	10.05-10.15
13.	Прогулка ОД на прогулке	10.10-12.10	09.10-11.00	09.35-12.00	10.10-12.00	10.20-12.10
14.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10-12.20	11.00-11.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.20-12.30
15.	Обед	12.20-12.35	11.40-12.00	12.10-12.25	12.10-12.25	12.30-12.40
16.	Подготовка ко сну	12.35-12.40	12.00-12.10	12.25-12.30	12.25-12.30	12.45-12.50
17.	Дневной сон	12.40-14.50	12.10-14.50	12.30-14.50	12.30-14.50	12.50-14.50
18.	Воздушно-водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
19.	Вечерний круг	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
20.	Образовательная деятельность 3	15.10-15.40	15.10-15.40	15.10-15.40	15.10-15.40	15.10-15.40
21.	Подготовка к полднику	15.40-15.45	15.40-15.45	15.40-15.45	15.40-15.45	15.40-15.45
22.	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00
23.	Самостоятельная игровая деятельность, чтение худ. литературы	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20
24.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.00	16.20-18.00	16.20-18.00	16.20-18.00	16.20-18.00
25.	Уход домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00

Прогулка: 3 ч.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21,
утвержден на педагогическом совете № 1 от 29 августа 2025 года.

Заместитель заведующего по ВР _____ О.П. Несн