

Утвержден
Приказом от 01.09.2026 г. №43
МАДОУ детского сада «Радуга» р.п.Ветлужский

Режим дня на холодный период года

Режимные моменты	Младшая	2 младшая	средне-старшая	Подготовительная
Дома Подъем. Утренний туалет	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В детском саду Приём детей, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.05	7.00-7.50
Гимнастика Длительность в минутах	8.00- 8.07	8.20-8.30 10 мин.	8.05-8.15 10 мин.	7.50-8.00 10 мин.
Подготовка к завтраку	8.07-8.15	8.30-8.35	8.15-8.25	8.00-8.10
Завтрак	8.15-8.35	8.35-8.50	8.25-8.35	8.10 -8.20
Самостоятельная деятельность	8.35-9.00	8.50-9.00	8.35-9.00	8.20-9.00
Занятия	9.00-9.30 (длительность 8-10 мин)	9.00-9.45 (длительность 15 мин)	9.00-10.10 (длительность 20-25 мин)	9.00-10.50 (длительность 30 мин)
Второй завтрак	9.30- 9.50	9.45-10.00	10.10-10.25	10.50-11.00
Подготовка к прогулке Прогулка	9.50-11.10	10.00-11.30	10.25-11.40	11.00-12.20
Возвращение с прогулки Подготовка к обеду Обед.	11.10-11.50	11.30-12.00	11.40-12.10	12.20–12.50
Подготовка ко сну, сон.	11.50-15.00	12.00-15.00	12.10-15.00	12.50-15.00
Подъём, воздушные процедуры, гимнастика	15.00-15.40	15.00-15.40	15.00-15.40	15.00-15.40
Полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Игры и труд. Совместная и самостоятельная деятельность детей.	16.00–16.30	16.00-16.30	16.10-16.30	16.00-16.30
Вечерняя прогулка	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.30
Уход детей домой	17.30	17.30	17.30	17.30
<u>Дома</u> Прогулка	17.30-19.00	17.30-19.00	17.30-19.00	17.30-19.00
Ужин	19.00-19.20	19.00-19.20	19.00-19.20	19.00-19.20
Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.20-20.30	19.20-20.45	19.20-20.45	19.20-20.45
<u>Сон</u>	20.30-6.30	20.45-6.30	20.45-6.30	20.45-6.30

