

Утверждаю

И.о.заведующего

Минеева Е.А.

Приказ №119 от 29 августа 2025г

РЕЖИМ ДНЯ

МДОУ детский сад «Тополек»
(с 10,5 часовым пребыванием детей)

Холодный период



Режимные мероприятия	Первая младшая группа 1,5-3 года
Прием, осмотр, термометрия детей; Самостоятельная деятельность детей	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)
Утренняя гимнастика	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (10 мин)
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)
Образовательная нагрузка-занятие №1, включающая в себя физминутку, дыхательную гимнастику, игровые упражнения	9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин)
Образовательная нагрузка-занятие №2, включающая в себя физминутку, дыхательную гимнастику, игровые упражнения	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	—
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	9 ³⁰ -9 ⁵⁰ (20 мин)
Подготовка к прогулке. ПРОГУЛКА	9 ⁵⁰ -11 ³⁰ (1 ч 40 мин)
Самостоятельная деятельность детей на прогулке	45 мин
Самостоятельная деятельность детей	
Подготовка к обеду. Обед	11 ³⁰ -11 ⁵⁰ (20 мин)
Подготовка ко сну	11 ⁵⁰ -12 ⁰⁰ (10 мин)
Сон	12 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (3 часа)
Постепенный подъем. Самостоятельная деятельность детей	15 ⁰⁰ -15 ²⁰ (20 мин)
Образовательная нагрузка-занятие №3, включающая в себя физминутку, дыхательную гимнастику, игровые упражнения/совместная деятельность взрослого с детьми	15 ²⁰ -15 ³⁰ (10 мин)
Подготовка к ужину. Ужин.	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)
Подготовка к прогулке	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)
Прогулка.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 часа)
Самостоятельная деятельность детей на прогулке.	45 мин
Уход домой.	18 ⁰⁰