

Утверждаю:
 заведующий МДОУ № 104 «Аленький цветочек»
 Е.Н. Ермолова



РЕЖИМ ДНЯ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД (ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД)¹

| Режимные моменты | Ранний возраст | Младшая | Средняя | Старшая | Подготовительная |
|---|---|--|--|---|--|
| Приём на участке, игры, утренняя гимнастика на открытом воздухе | 7.00-8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.05 | 7.00 – 8.10 | 7.00 – 8.20 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак | 8.00-8.30 | 8.10-8.30 | 8.15-8.35 | 8.10 – 8.40 | 8.20-8.50 |
| Свободная деятельность, дежурство, подготовка к прогулке, выход на прогулку | 8.30-9.00 | 8.30 – 9.00 | 8.35 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.50-9.00 |
| Второй завтрак. Прогулка: занятия, развлечения, игры, наблюдения, труд, воздушные, солнечные ванны. | 9.00-11.30 Второй завтра: 9.30-9.40 | 9.00 – 11.35 Второй завтрак: 9.30-9.40 | 9.00 – 11.40 Второй завтрак: 10.00-10.05 | 9.00 – 12.15 Второй завтрак: 10.00- 10.05 | 9.00 – 12.25 Второй завтрак: 10.10–10.15 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду | 11.30-11.40 | 11.35 – 11.50 | 11.40 – 11.55 | 12.15 – 12.25 | 12.25 – 12.35 |
| Обед | 11.40-12.00 | 11.50-12.15 | 11.55-12.20 | 12.25 – 12.45 | 12.35 – 12.55 |
| Дневной сон | 12.00-15.00 | 12.15 - 15.15 | 12.20 – 15.00 | 12.45 – 15.15 | 12.55– 15.25 |
| Полдник | 15.00-15.15 | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 | 15.25 – 15.35 |
| Самостоятельная деятельность детей, дежурство, подготовка к ужину | 15.15-16.05 | 15.25 – 16.10 | 15.25 – 16.15 | 15.25 – 16.20 | 15.35 – 16.30 |
| Ужин | 16.05-16.25 | 16.10 – 16.35 | 16.15 – 16.35 | 16.20 – 16.40 | 16.30 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 16.25-19.00 | 16.35 – 19.00 | 16.35 – 19.00 | 16.40 – 19.00 | 16.50 – 19.00 |

¹ Режим дня может быть изменен в зависимости от изменений погодных условий, карантин и т.п.