

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



### РЕЖИМ ДНЯ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД (ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД)<sup>1</sup>

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

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