



«Силикатный детский сад «Малыш»
/ С.В. Трегубова
29.08.2025г.

Гибкий режим дня. Холодный период года

	«Крохи» (1-4 года)	«Почемучки» (3-5 лет)	«Фантазеры» (5-7 лет)
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.20-8.50	8.25-8.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к ООД	8.30-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия, игры	9.00-9.50 (по подгруппам)	9.00-10.00 (по подгруппам)	9.00-10.10 (по подгруппам)
Второй завтрак	09.50-10.20	10.00-10.20	10.10-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20-11.45	10.20-11.45	10.25-12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45-12.00	11.45-12.20	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.25	12.20-12.50	12.40-13.00
Подготовка ко сну, сон	12.25-15.25	12.50-15.20	13.00-15.25
Постепенный подъем, закаливание, игры, самостоятельная деятельность, занятия	15.25-16.05	15.20-16.00	15.25-16.00
Уплотненный полдник	16.05-16.25	16.00-16.20	16.00-16.15
Игры, подготовка к прогулке	16.25-16.30	16.20-16.30	16.15-16.25
Прогулка, уход домой	16.30-17.30	16.30-17.30	16.25-17.30

Гибкий режим дня. Теплый период года.

	«Крохи» (1-4 года)	«Почемучки» (3-5 лет)	«Фантазеры» (5-7 лет)
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.20-8.55	8.30-8.50
Игры, подготовка к прогулке, организованная двигательная деятельность, прогулка	8.50-9.50	8.55-10.00	8.50-10.05
Второй завтрак	10.00-10.15	10.00-10.20	10.05-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-11.45	10.20-12.00	10.25-12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45-12.00	12.00-12.20	12.15-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.20-12.40	12.25-12.45
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.30	12.40-15.10	12.45-15.15
Постепенный подъем, закаливание, игры, самостоятельная деятельность	15.30-16.00	15.10-16.00	15.15-16.00
Уплотненный полдник	16.00-16.20	16.00-16.15	16.00-16.15
Игры, подготовка к прогулке	16.20-16.30	16.15-16.30	16.15-16.25
Прогулка, уход домой	16.30-17.30	16.30-17.30	16.25-17.30