



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ №95  
Романенкова Н.Н.

## РЕЖИМ ДНЯ (теплый период)

Старший дошкольный возраст

Режимные моменты	Время
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуально общение воспитателя с детьми	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30 – 9.00
Игры. Подготовка к прогулке	9.00 – 09.15
Прогулка. Игры. Наблюдения. Труд. Воздушные и солнечные процедуры	09.15 – 12.10
Второй завтрак	10.20-10.30
Возвращение с прогулки, закаливающие мероприятия	12 10– 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Релаксирующая гимнастика перед сном	12.50 - 15.20
Подготовка ко сну, дневной сон	
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.20 - 15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35 – 15.55
Подготовка к прогулке, прогулка	15.55 – 17.00
Игры, общение и совместная деятельность, досуги, выбор самостоятельной деятельности	
Подготовка к ужину, ужин	18.20 – 18.35
Игры, уход домой	До 19.00



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ №95  
Романенкова Н.Н.

## РЕЖИМ ДНЯ (теплый период)

Младший дошкольный возраст

Режимные моменты	Время
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуально общение воспитателя с детьми	7.00 – 8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.25 – 8.55
Игры. Подготовка к прогулке	9.20 – 11.35
Прогулка. Игры. Наблюдения. Труд. Воздушные и солнечные процедуры	
Второй завтрак	10.15-10.30
Возвращение с прогулки, закаливающие мероприятия	11.35 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.35
Релаксирующая гимнастика перед сном	12.35 - 15.20
Подготовка ко сну, дневной сон	
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.20 - 15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35 – 15.50
Подготовка к прогулке, прогулка	15.50 – 17.00
Игры, общение и совместная деятельность, досуги, выбор самостоятельной деятельности	
Подготовка к ужину, ужин	18.10 – 18.30
Игры, уход домой	До 19.00