



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 108
Самарина Л.В.
2024 г.

Режим дня

Содержание	2 - 4 года
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия.) Самостоятельная деятельность по выбору и интересам	9.00 -10.30
Второй завтрак	10.30 -10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам).	10.40 -12.15
Обед	12.15 -12.40
Сон	12.40 -15.40
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Игры, общение по интересам.	15.40 –16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	16.00 -16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.20-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.50-18.30
Ужин	18.30
Уход домой	до 19.00



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 108
Самарина Л.В.
2024 г.

Режим дня

Содержание	4 - 5 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия.) Самостоятельная деятельность по выбору и интересам	9.00-10.30
Второй завтрак	10.30 -10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам).	10.40 -12.30
Обед	12.30 -13.00
Сон	13.00 – 15.30
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Игры, общение по интересам.	15.30- 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	16.00- 16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.20-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.50-18.30
Ужин	18.30
Уход домой	до 19.00

Утверждаю

Заведующий МБДОУ № 108

Самарина Л.В.

2024 г.



Режим дня

Содержание	4 - 6 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия.) Самостоятельная деятельность по выбору и интересам	9.00-10.35
Второй завтрак	10.35 -10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам).	10.40 -12.30
Обед	12.30 -13.00
Сон	13.00 – 15.30
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Игры, общение по интересам.	15.30- 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	16.00- 16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей Занятия (при необходимости)	16.20-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.45-18.30
Ужин	18.30
Уход домой	до 19.00



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 108
Самарина Л.В.
2024 г.

Режим дня

Содержание	5 - 6 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия.) Самостоятельная деятельность по выбору и интересам	9.00-10.40
Второй завтрак	10.40 -11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам).	11.00 - 12.40
Обед	12.40- 13.00
Сон	13.00 – 15.30
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Игры, общение по интересам. Занятия (при необходимости)	15.30 - 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	16.00- 16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей Занятия (при необходимости)	16.20-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.50 -18.30
Ужин	18.30
Уход домой	до 19.00



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 108
Самарина Л.В.
2024 г.

Режим дня

Содержание	6 - 8 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия.) Самостоятельная деятельность по выбору и интересам	9.00-10.50
Второй завтрак	10.50 -11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам).	11.00 -12.40
Обед	12.40 – 13.00
Сон	13.00 -15.30
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Игры, общение по интересам.	15.30- 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	16.00- 16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.20- 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.50-18.30
Ужин	18.30
Уход домой	до 19.00