

Утверждено приказом
по ГБДОУ НАО
«ЦРР – ДС «Радуга»
№ 183 от 01.09.2025г.

Режим дня на 2025 / 2026 учебный год (1 младшая группа № 2)

| | <i>пн</i> | <i>вт</i> | <i>ср</i> | <i>чт</i> | <i>пт</i> |
|--|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Холодный период года | | | | | |
| <i>Прием детей, самостоятельная и игровая деятельность</i> | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 |
| <i>Утренняя гимнастика</i> | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 |
| <i>Личная гигиена, завтрак</i> | 8.10 – 8.40 | 8.10 – 8.40 | 8.10 – 8.40 | 8.10 – 8.40 | 8.10 – 8.40 |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность</i> | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 8.50 |
| <i>Образовательная деятельность</i> | 9.00 – 9.10 | 9.00 – 9.10 | 9.00 – 9.10 | 9.00 – 9.10 | 8.50 – 9.00 |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность</i> | 9.10 – 9.35 | 9.10 – 9.35 | 9.10 – 9.35 | 9.10 – 9.35 | 9.00 – 9.35 |
| <i>Прогулка</i> | 9.35 – 11.25 | 9.35 – 11.25 | 9.35 – 11.25 | 9.35 – 11.25 | 9.35 – 11.25 |
| <i>Личная гигиена, обед</i> | 11.25 – 12.00 | 11.25 – 12.00 | 11.25 – 12.00 | 11.25 – 12.00 | 11.25 – 12.00 |
| <i>Дневной сон</i> | 12.00 – 15.00 | 12.00 – 15.00 | 12.00 – 15.00 | 12.00 – 15.00 | 12.00 – 15.00 |
| <i>Подъем, оздоровительные мероприятия</i> | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 |
| <i>Личная гигиена, полдник</i> | 15.15 – 15.40 | 15.15 – 15.40 | 15.15 – 15.40 | 15.15 – 15.40 | 15.15 – 15.40 |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность</i> | - | 15.40 – 16.00 | 15.40 – 16.20 | 15.40 – 16.20 | 15.40 – 15.45 |
| <i>Образовательная деятельность</i> | 15.40 - 15.50 | 16.00 - 16.10 | 16.20 - 16.30 | 16.20 - 16.30 | 15.45 - 15.55 |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность</i> | 15.50 – 16.30 | 16.10 – 16.45 | 16.30 – 16.50 | 16.30 – 16.50 | 15.55 – 16.30 |
| <i>Прогулка</i> | 16.30 – 17.20 | 16.45 – 17.20 | 16.50 – 17.20 | 16.50 – 17.20 | 16.30 – 17.20 |
| <i>Личная гигиена, ужин</i> | 17.20 – 17.50 | 17.20 – 17.50 | 17.20 – 17.50 | 17.20 – 17.50 | 17.20 – 17.50 |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность</i> | 17.50 – 18.30 | 17.50 – 18.15 | 17.50 – 18.00 | 17.50 – 18.00 | 17.50 – 18.30 |
| <i>Прогулка</i> | 18.30 – 19.00 | 18.15 – 19.00 | 18.00 – 19.00 | 18.00 – 19.00 | 18.30 – 19.00 |
| Тёплый период года | | | | | |
| <i>Прием детей, самостоятельная и игровая деятельность</i> | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 |

| | | | | | |
|--|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| | | | | | |
| <i>Утренняя гимнастика</i> | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 |
| <i>Личная гигиена, завтрак</i> | 8.10 – 8.40 | 8.10 – 8.40 | 8.10 – 8.40 | 8.10 – 8.40 | 8.10 – 8.40 |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к прогулке</i> | 8.40 – 9.15 | 8.40 – 9.15 | 8.40 – 9.15 | 8.40 – 9.15 | 8.40 – 9.15 |
| <i>Прогулка, самостоятельная и игровая деятельность</i> | 9.15 – 11.25 | 9.15 – 11.25 | 9.15 – 11.25 | 9.15 – 11.25 | 9.15 – 11.25 |
| <i>Личная гигиена, обед</i> | 11.25 – 12.00 | 11.25 – 12.00 | 11.25 – 12.00 | 11.25 – 12.00 | 11.25 – 12.00 |
| <i>Дневной сон</i> | 12.00 – 15.00 | 12.00 – 15.00 | 12.00 – 15.00 | 12.00 – 15.00 | 12.00 – 15.00 |
| <i>Подъем, оздоровительные мероприятия</i> | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 |
| <i>Личная гигиена, полдник</i> | 15.15 – 15.40 | 15.15 – 15.40 | 15.15 – 15.40 | 15.15 – 15.40 | 15.15 – 15.40 |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к прогулке</i> | 15.40 - 16.10 | 15.40 - 16.10 | 15.40 - 16.10 | 15.40 - 16.10 | 15.40 - 16.10 |
| <i>Прогулка, самостоятельная и игровая деятельность</i> | 16.10 – 17.20 | 16.10 – 17.20 | 16.10 – 17.20 | 16.10 – 17.20 | 16.10 – 17.20 |
| <i>Личная гигиена, ужин</i> | 17.20 – 17.50 | 17.20 – 17.50 | 17.20 – 17.50 | 17.20 – 17.50 | 17.20 – 17.50 |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к прогулке</i> | 17.50 – 18.15 | 17.50 – 18.15 | 17.50 – 18.15 | 17.50 – 18.15 | 17.50 – 18.15 |
| <i>Прогулка, самостоятельная и игровая деятельность</i> | 18.15 – 19.00 | 18.15 – 19.00 | 18.15 – 19.00 | 18.15 – 19.00 | 18.15 – 19.00 |