

**Режим дня на 2026 / 2027 учебный год (подготовительная группа № 1)**

|                                               | <i>пн</i>     | <i>вт</i>     | <i>ср</i>     | <i>чт</i>     | <i>пт</i>     |
|-----------------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>Холодный период года</b>                   |               |               |               |               |               |
| <b>Самостоятельная и игровая деятельность</b> | 7.00 – 7.30   | 7.00 – 7.30   | 7.00 – 7.30   | 7.00 – 7.30   | 7.00 – 7.30   |
| <b>Прогулка</b>                               | 7.30 – 8.00   | 7.30 – 8.00   | 7.30 – 8.00   | 7.30 – 8.00   | 7.30 – 8.00   |
| <b>Самостоятельная и игровая деятельность</b> | 8.00 – 8.15   | 8.00 – 8.15   | 8.00 – 8.15   | 8.00 – 8.15   | 8.00 – 8.15   |
| <b>Утренняя гимнастика</b>                    | 8.15 – 8.25   | 8.15 – 8.25   | 8.15 – 8.25   | 8.15 – 8.25   | 8.15 – 8.25   |
| <b>Личная гигиена, завтрак</b>                | 8.25 – 8.50   | 8.25 – 8.50   | 8.25 – 8.50   | 8.25 – 8.50   | 8.25 – 8.50   |
| <b>Самостоятельная и игровая деятельность</b> | 8.50 – 9.00   | -             | 8.50 – 9.55   | 8.50 – 9.00   | 8.50 – 9.00   |
| <b>Образовательная деятельность</b>           | 9.00 – 9.30   | 8.50 – 9.20   | 9.55 – 10.20  | 9.00 – 9.30   | 9.00 – 9.30   |
| <b>Самостоятельная и игровая деятельность</b> | 9.30 – 9.45   | 9.20 – 9.45   | 10.20 - 10.30 | 9.30 – 9.40   | 9.30 – 10.10  |
| <b>Образовательная деятельность</b>           | 9.45 – 10.15  | 9.45 – 10.15  | 10.30 – 10.55 | 9.40 – 10.10  | 10.10 – 10.40 |
| <b>Самостоятельная и игровая деятельность</b> | 10.15 – 10.30 | 10.15 – 10.30 | -             | 10.10 – 10.30 | -             |
| <b>Прогулка</b>                               | 10.30 – 12.20 | 10.30 – 12.20 | 10.55 – 12.20 | 10.30 – 12.20 | 10.40 – 12.20 |
| <b>Личная гигиена, обед</b>                   | 12.20 – 12.45 | 12.20 – 12.45 | 12.20 – 12.45 | 12.20 – 12.45 | 12.20 – 12.45 |
| <b>Дневной сон</b>                            | 12.45 – 15.15 | 12.45 – 15.15 | 12.45 – 15.15 | 12.45 – 15.15 | 12.45 – 15.15 |
| <b>Подъем, оздоровительные мероприятия</b>    | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 |
| <b>Личная гигиена, полдник</b>                | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 |
| <b>Самостоятельная и игровая деятельность</b> | 15.40 – 16.30 | -             | 15.40 – 15.45 | 15.40 - 16.30 | 15.40 – 15.45 |
| <b>Образовательная деятельность</b>           | -             | 15.40 – 16.10 | 15.45 – 16.15 | -             | 15.45 – 16.15 |
| <b>Самостоятельная и игровая деятельность</b> | -             | 16.10 – 17.00 | 16.15 – 16.30 | -             | 16.15 – 17.00 |
| <b>Прогулка</b>                               | 16.30 – 17.30 | 17.00 – 17.30 | 16.30 – 17.30 | 16.30 – 17.30 | 17.00 – 17.30 |
| <b>Личная гигиена, ужин</b>                   | 17.30 – 17.55 | 17.30 – 17.55 | 17.30 – 17.55 | 17.30 – 17.55 | 17.30 – 17.55 |
| <b>Самостоятельная и игровая деятельность</b> | 17.55 – 18.40 | 17.55 – 18.40 | 17.55 – 18.40 | 17.55 – 18.40 | 17.55 – 18.30 |
| <b>Прогулка</b>                               | 18.40 – 19.00 | 18.40 – 19.00 | 18.40 – 19.00 | 18.40 – 19.00 | 18.30 – 19.00 |

| Тёплый период года                                                                        |               |               |               |               |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <i>Прием детей, самостоятельная и игровая деятельность, прогулка, утренняя гимнастика</i> | 7.00 – 8.25   | 7.00 – 8.25   | 7.00 – 8.25   | 7.00 – 8.25   | 7.00 – 8.25   |
| <i>Личная гигиена, завтрак</i>                                                            | 8.25 – 8.50   | 8.25 – 8.50   | 8.25 – 8.50   | 8.25 – 8.50   | 8.25 – 8.50   |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к прогулке</i>                      | 8.50 – 9.15   | 8.50 – 9.15   | 8.50 – 9.15   | 8.50 – 9.15   | 8.50 – 9.15   |
| <i>Прогулка</i>                                                                           | 9.15 – 12.20  | 9.15 – 12.20  | 9.15 – 12.20  | 9.15 – 12.20  | 9.15 – 12.20  |
| <i>Личная гигиена, обед</i>                                                               | 12.20 – 12.45 | 12.20 – 12.45 | 12.20 – 12.45 | 12.20 – 12.45 | 12.20 – 12.45 |
| <i>Дневной сон</i>                                                                        | 12.45 – 15.15 | 12.45 – 15.15 | 12.45 – 15.15 | 12.45 – 15.15 | 12.45 – 15.15 |
| <i>Подъем, оздоровительные мероприятия</i>                                                | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 | 15.15 – 15.25 |
| <i>Личная гигиена, полдник</i>                                                            | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 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</i>                                                                           | 16.10 – 17.30 | 16.10 – 17.30 | 16.10 – 17.30 | 16.10 – 17.30 | 16.10 – 17.30 |
| <i>Личная гигиена, ужин</i>                                                               | 17.30 – 17.55 | 17.30 – 17.55 | 17.30 – 17.55 | 17.30 – 17.55 | 17.30 – 17.55 |
| <i>Самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к прогулке</i>                      | 17.55 – 18.15 | 17.55 – 18.15 | 17.55 – 18.15 | 17.55 – 18.15 | 17.55 – 18.15 |
| <i>Прогулка</i>                                                                           | 18.15 – 19.00 | 18.15 – 19.00 | 18.15 – 19.00 | 18.15 – 19.00 | 18.15 – 19.00 |