

Утверждаю

Директор

МБОУ «Губернаторский лицей

№ 101 имени Ю.И.Латышева

Е.В.Малюгин

Приказ № 28081 от 28.08.2025 г



Режим дня в холодный период года (2025 – 2026 учебный год)

Режимные процессы	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
Утренний прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-08.20	07.00-08.25	07.00-08.30	07.00-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50	08.25-08.50	08.30-08.45	08.30-08.45
Самостоятельная деятельность, игра, общение, экспериментирование, подготовка к занятиям	08.50-09.00	08.50-09.00	08.45-09.20	08.45-09.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, с учетом перерывов между занятиями не менее 10 минут)	09.00-10.00	09.00-10.10	09.00-10.35	09.00-10.50
Второй завтрак	10.00-10.10	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-12.00	10.20-12.05	10.35-12.10	10.50-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.45	12.05-12.45	12.10-12.45	12.20-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры	12.45-15.15	12.45-15.15	12.45-15.15	12.45-15.15
Полдник	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
Самостоятельная деятельность детей, взрослого с детьми, игры, общение, дополнительное образование, досуги и (или) занятия	15.30-16.10	15.30-16.15	15.30-16.20	15.30-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.10-16.30	16.15-16.35	16.20-16.40	16.30-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-19.00	16.35-19.00	16.40-19.00	16.50-19.00