Утверждаю
Директор МБОУ ЦО «Наследие»

_____Э.Г.Фархутдинов
01.09.2026

Примерный гибкий режим дня
на первый (теплый) период

Режимные мероприятия		Время	
Наименование	Содержание	Младшая разновозрастная группа	Старшая разновозрастная группа
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	8.00 – 8.30	8.00 -8.30
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	8.30 -8.40.	8.30 – 8.40
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	8.40 – 9.10	8.40 – 9.00
Образовательная нагрузка	Занятие	9.10 – 9.20	9.00 - 9.25
Перерыв	Физкультурные минутки	9.20 – 9.30	9.25 - 9.35
Образовательная нагрузка	Занятие	9.30 – 9.40	9.35 – 10.00
Самостоятельная деятельность	Отдых игры	9.40-9.50	10.00 - 10.20
2-ой завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	9.50 – 10.00	10.20 – 10.30
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка; подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.00 -11.50	10.30 – 12.10
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	11.50-12.30	12.10-12.40
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати;	12.30-15.30	12.40-15.15

	Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание		
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15:30-15:55	15:15-15.35
Совместная деятельность воспитателя с детьми	Игра сюжетно-ролевая, сюжетно-дидактическая, дидактическая, чтение художественной литературы	-	15.35-16.00
Самостоятельная деятельность детей Уход домой	Игры, спокойный досуг, уход детей	15.55 – 17.00	16.00 – 17.00

Утверждаю
Директор МБОУ ЦО «Наследие»

Э.Г.Фархутдинов
01.09.2026

Примерный гибкий режим дня на первый (холодный) период

Режимные мероприятия		Время	
Наименование	Содержание	Младшая разновозрастная группа	Старшая разновозрастная группа
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	8.00 – 8.30	8.00 -8.30
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	8.30 -8.40.	8.30 – 8.40
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	8.40 – 9.10	8.40 – 9.00
Образовательная нагрузка	Занятие	9.10 – 9.20	9.00 - 9.25
Перерыв	Физкультурные минутки	9.20 – 9.30	9.25 - 9.35
Образовательная нагрузка	Занятие	9.30 – 9.40	9.35 - 10.20
Самостоятельная деятельность	Отдых игры	9.40 -10.30	10.20 – 10.35
2-ой завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.30 – 10.50	10.35 – 11.00
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка; подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.50 -11.50	11.00 – 12.10
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	11.50 - 12.30	12.10 - 12.40
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати;	12.30 - 15.30	12.40 - 15.15

	Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание		
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15:30 - 15:55	15:15 - 15.30
Совместная деятельность воспитателя с детьми	Игра сюжетно-ролевая, сюжетно-дидактическая, дидактическая, чтение художественной литературы	-	15.30 - 16.00
Самостоятельная деятельность детей Уход домой	Игры, спокойный досуг, уход детей	15.55 – 17.00	16.00 – 17.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 633935855288025164934568783489573526681083736594

Владелец Фархутдинов Эльдар Гараевич

Действителен С 20.10.2026 по 20.10.2027