

Согласовано
Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025 г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с № 76
_____ А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фак

Режим дня
для детей первой младшей группы (раннего дошкольного возраста), группа № 2
/холодный период/ (2-3 года)
Время работы группы: 7.00 -19.00 (12 ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей. Индивидуальная работа.	7.00-7.40 7.50-8.05	7.00-7.40 7.50-8.05	7.00-7.40 7.50-8.05	7.00-7.40 7.50-8.05	7.00-7.40 7.50-8.05
Утренняя гимнастика	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15
Первый завтрак	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.30-9.10	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-9.10
Организованная образовательная деятельность с детьми 10 в неделю 1 занятие Время занятия не более 10 мин. (10 мин.перерыв)	9.10-9.20	1 подгруппа 8.45-8.55 2 подгруппа 9.05-9.15	1 подгруппа 8.45-8.55 2 подгруппа 9.05-9.15	1 подгруппа 8.45-8.55 2 подгруппа 9.05-9.15	9.10-9.20
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа.	9.20-9.30	8.55-9.05 9.15-9.30	8.55-9.05 9.15-9.30	8.55-9.05 9.15-9.30	9.20-9.30
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40
Второй завтрак	9.40-9.50	9.40-9.50	9.40-9.50	9.40-9.50	9.40-9.50
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.50-10.10	9.50-10.10	9.50-10.10	9.50-10.10	9.50-10.10
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.10-11.15	10.10-11.15	10.10-11.15	10.10-11.15	10.10-11.15
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.15-11.30	11.15-11.30	11.15-11.30	11.15-11.30	11.15-11.30
Обед	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.00-15.00	12.00-15.00	12.00-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20
Полдник	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность с детьми 10 в неделю 2 занятие Время занятия не более 10 мин. (10 мин.перерыв)	1 подгруппа 15.50-16.00 2 подгруппа 16.10-16.20	15.50-16.00	1 подгруппа 15.50-16.00 2 подгруппа 16.10-16.20	1 подгруппа 15.50-16.00 2 подгруппа 16.10-16.20	15.50-16.00
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	16.00-16.10 16.20-16.30	16.00-16.30	16.00-16.10 16.20-16.30	16.00-16.10 16.20-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45
Прогулка	16.45-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00
Дома (прогулка, уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ. литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00

Согласовано
Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025 г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с № 76
_____ А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фак

Режим дня
для детей второй младшей группы дошкольного возраста, группа № 3
/холодный период/ (3-4 года).
Время работы группы: 7.00 -19.00 (12 ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей.	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40
Индивидуальная работа.	7.50-8.05	7.50-8.05	7.50-8.05	7.50-8.05	7.50-8.05
Утренняя гимнастика	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15
Первый завтрак	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-9.00	8.30-8.45	8.30-8.45
Организованная образовательная деятельность с детьми 10 в неделю					
1 занятие	8.45-9.00	8.45-9.00	9.00-9.15	8.45-9.00	8.45-9.00
2 занятие	9.20-9.35	9.20-9.35	9.25-9.40	9.20-9.35	9.20-9.35
Время занятия не более 15 мин. (10 мин.перерыв)					
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.00-9.20 9.35-9.45	9.00-9.20 9.35-9.45	9.15-9.25 9.40-9.45	9.00-9.20 9.35-9.45	9.00-9.20 9.35-9.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	9.45-9.50	9.45-9.50	9.45-9.50	9.45-9.50	9.45-9.50
Второй завтрак	9.50-10.00	9.50-10.00	9.50-10.00	9.50-10.00	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.15-11.50	10.15-11.50	10.15-11.50	10.15-11.50	10.15-11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00
Обед	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30
Дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	15.45-16.45	15.45-16.45	15.45-16.45	15.45-16.15	15.45-16.45
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.00	16.15-16.30	16.45-17.00
Прогулка	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	16.30-19.00	17.00-19.00
Дома (прогулка, уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ. литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00

Согласовано
Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025 г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с № 76
_____ А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фак

Режим дня
для детей второй младшей группы дошкольного возраста, группа № 6
/холодный период/ (3-4 года).
Время работы группы: 7.00 -19.00 (12 ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей.	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40
Индивидуальная работа.	7.50-8.05	7.50-8.05	7.50-8.05	7.50-8.05	7.50-8.05
Утренняя гимнастика	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15
Первый завтрак	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45
Организованная образовательная деятельность с детьми 10 в неделю					
1 занятие	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
2 занятие	9.10-9.25	9.10-9.25	9.10-9.25	9.10-9.25	9.10-9.25
Время занятия не более 15 мин. (10 мин.перерыв)					
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.00-9.10 9.25-9.45	9.00-9.10 9.25-9.45	9.00-9.10 9.25-9.45	9.00-9.10 9.25-9.45	9.00-9.10 9.25-9.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	9.45-9.50	9.45-9.50	9.45-9.50	9.45-9.50	9.45-9.50
Второй завтрак	9.50-10.00	9.50-10.00	9.50-10.00	9.50-10.00	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.15-11.50	10.15-11.50	10.15-11.50	10.15-11.50	10.15-11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00
Обед	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30
Дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	15.45-16.45	15.45-16.45	15.45-16.45	15.45-16.15	15.45-16.45
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.00	16.15-16.30	16.45-17.00
Прогулка	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	16.30-19.00	17.00-19.00
Дома (прогулка, уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ. литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00

Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с № 76
_____ А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фак

Режим дня
для детей групп среднего дошкольного возраста, группа № 4
/холодный период/ (4-5 лет).

Время работы группы: 7.00-19.00 (12 ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей.	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40
Индивидуальная работа.	7.50-8.10	7.50-8.10	7.50-8.10	7.50-8.10	7.50-8.10
Утренняя гимнастика	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Первый завтрак	8.20-8.35	8.20-8.35	8.20-8.35	8.20-8.35	8.20-8.35
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.35-9.10	8.35-9.10	8.35-9.10	8.35-9.00	8.35-8.45
Организованная образовательная деятельность с детьми 11 в неделю					
1 занятие	9.10-9.30	9.10-9.30	9.10-9.30	9.00-9.20	8.45-9.05
2 занятие	9.40-10.00	9.40-10.00	9.40-10.00	9.30-9.50	9.15-9.35
3 занятие		16.00-16.20			
Время занятия не более 20 мин. (10 мин. перерыв)					
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40	9.20-9.30 9.50-10.00	9.05-9.15 9.35-10.00
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05
Второй завтрак	10.05-10.15	10.05-10.15	10.05-10.15	10.05-10.15	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.15-10.35	10.15-10.35	10.15-10.35	10.15-10.35	10.15-10.35
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.35-12.00	10.35-12.00	10.35-12.00	10.35-12.00	10.35-12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10
Обед	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.30-12.40	12.30-12.40	12.30-12.40	12.30-12.40	12.30-12.40
Дневной сон	12.40-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	15.45-16.30	15.45-16.00 16.20-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45
Прогулка	16.45-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00	16.55-19.00	16.45-19.00
Дома (прогулка, уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ. литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00

Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с№ 76
_____ А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фак

Режим дня
для детей групп среднего дошкольного возраста, группа № 9
/холодный период/ (4-5 лет).
Время работы группы: 7.00-19.00 (12 ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей.	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40	7.00-7.40
Индивидуальная работа.	7.50-8.10	7.50-8.10	7.50-8.10	7.50-8.10	7.50-8.10
Утренняя гимнастика	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Первый завтрак	8.20-8.35	8.20-8.35	8.20-8.35	8.20-8.35	8.20-8.35
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.35-9.00	8.35-9.10	8.35-8.45	8.35-9.10	8.35-8.45
Организованная образовательная деятельность с детьми 11 в неделю					
1 занятие	9.00-9.20	9.10-9.30	8.45-9.05	9.10-9.30	8.45-9.05
2 занятие	9.30-9.50	9.40-10.00	9.15-9.35	9.40-10.00	9.15-9.35
3 занятие			16.00-16.20		
Время занятия не более 20 мин. (10 мин.перерыв)					
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.20-9.30 9.50-10.00	9.30-9.40	9.05-9.15 9.35-10.00	9.30-9.40	9.05-9.15 9.35-10.00
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05
Второй завтрак	10.05-10.15	10.05-10.15	10.05-10.15	10.05-10.15	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.15-10.35	10.15-10.35	10.15-10.35	10.15-10.35	10.15-10.35
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.35-12.00	10.35-12.00	10.35-12.00	10.35-12.00	10.35-12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10
Обед	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.30-12.40	12.30-12.40	12.30-12.40	12.30-12.40	12.30-12.40
Дневной сон	12.40-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	15.45-16.30	15.45-16.30	15.45-16.00 16.20-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45
Прогулка	16.45-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00	16.55-19.00	16.45-19.00
Дома (прогулка, уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ.литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00

Согласовано
Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025 г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с № 76
_____ А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фак

Режим дня
для детей групп старшего дошкольного возраста, группа № 12
/холодный период/ (5-6 лет).
Время работы группы: 7.00 – 19.00 (12 ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей.	7.00-7.55	7.00-7.55	7.00-7.55	7.00-7.55	7.00-7.55
Индивидуальная работа.	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15
Утренняя гимнастика	7.55-8.05	7.55-8.05	7.55-8.05	7.55-8.05	7.55-8.05
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25
Первый завтрак	8.25-8.40	8.25-8.40	8.25-8.40	8.25-8.40	8.25-8.40
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность 13 в неделю					
1 занятие	9.00-9.25	9.00-9.25	9.00-9.25	9.00-9.25	9.00-9.25
2 занятие	10.15-10.40	9.35-10.00	10.00-10.25	9.40-10.05	9.35-10.00
3 занятие	16.00-16.25			16.00-16.25	
Время занятия не более 25 мин. (10 мин.перерыв)					
Физическое развитие, 3-е занятие (на улице)			11.25-11.50		
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.25-9.40 9.55-10.15	9.25-9.35	9.25-9.35 9.50-10.00	9.25-9.40	9.25-9.35
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	9.40-9.45	10.00-10.05	9.35-9.40	10.05-10.10	10.05-10.10
Второй завтрак	9.45-9.55	10.05-10.15	9.40-9.50	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.40-10.55	10.15-10.30	10.25-10.40	10.20-10.35	10.20-10.35
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.55-12.00	10.30-12.00	10.40-12.00	10.35-12.00	10.35-12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	12.00-12.15	12.00-12.15	12.00-12.15	12.00-12.15	12.00-12.15
Обед	12.15-12.35	12.15-12.35	12.15-12.35	12.15-12.35	12.15-12.35
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.35-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45
Дневной сон	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40
Полдник	15.40-16.00	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-16.00	15.40-15.55
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	15.25-15.35	15.25-15.35 15.55-16.25	15.25-15.35 15.55-16.25	15.25-15.35	15.25-15.35 15.55-16.25
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.25-16.40	16.25-16.40	16.25-16.40	16.25-16.40	16.25-16.40
Прогулка	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00
Дома (прогулка ,уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ.литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00

Режим дня
для детей групп старшего дошкольного возраста, группа № 5
/холодный период/ (5-6 лет).
Время работы группы: 8.00 – 18.00 (10ч.)

	Понедельни к	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей. Индивидуальная работа.	8.00-8.05	8.00-8.05	8.00-8.05	8.00-8.05	8.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25
Первый завтрак	8.25-8.40	8.25-8.40	8.25-8.40	8.25-8.40	8.25-8.40
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.40-9.00	8.40-8.50	8.40-9.00	8.40-8.50	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность 13 в неделю 1 занятие 2 занятие 3 занятие Время занятия не более 25 мин. (10 мин. перерыв)	9.00-9.25 9.40-10.05 16.20-16.45	8.50-9.15 9.25-9.50 (по подгруппам) 16.00-16.25	9.00-9.25 9.40-10.05	8.50-9.15 9.25-9.50 (по подгруппам) 10.00-10.25 16.00-16.25	9.00-9.25 9.35-10.00
Физическое развитие, 3-е занятие (на улице)				11.25-11.50	
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.25-9.40	9.15-9.25 10.05-11.10	9.25-9.40	9.25-9.40	9.25-9.35
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	10.05-10.10	9.50-9.55	10.05-10.10	10.05-10.10	10.05-10.10
Второй завтрак	10.10-10.20	9.55-10.05	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.20-10.35	11.10-11.25	10.20-10.35	10.20-10.35	10.20-10.35
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.35-12.00	11.25-12.00	10.35-12.00	10.35-12.00	10.35-12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	12.00-12.15	12.00-12.15	12.00-12.15	12.00-12.15	12.00-12.15
Обед	12.15-12.35	12.15-12.35	12.15-12.35	12.15-12.35	12.15-12.35
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.35-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45
Дневной сон	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40	15.35-15.40
Полдник	15.40-15.55	15.40-16.00	15.40-15.55	15.40-16.00	15.40-15.55
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	15.25-15-35 15.55-16.20	15.25-15-35	15.25-15-35 15.55-16.25	15.25-15-35	15.25-15-35 15.55-16.25
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.45-17.00	16.25-16.40	16.25-16.40	16.25-16.40	16.25-16.40
Прогулка	17.00-18.00	16.40-18.00	16.40-18.00	16.40-18.00	16.40-18.00
Дома (прогулка ,уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ.литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00

Согласовано
Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025 г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с № 76
А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фак

Режим дня
для детей групп подготовительного дошкольного возраста, группа № 16
/холодный период/ (6-7 лет).
Время работы группы: 8.00 – 18.00 (10ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей.	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20
Индивидуальная работа.					
Утренняя гимнастика	8.05-8.10	8.05-8.10	8.05-8.10	8.05-8.10	8.05-8.10
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Первый завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.45-8.50	8.45-8.50	8.45-8.50	8.45-8.50	-
Организованная образовательная деятельность 14 в неделю					
1 занятие	8.50-9.20	8.50-9.20	8.50-9.20	8.50-9.20	8.45-9.15
2 занятие	9.30-10.00	9.30-10.00	9.30-10.00	9.30-10.00	9.25-9.55
3 занятие	15.10-15.40	(по подгруппам)	10.15-10.45	(по подгруппам)	(по подгр.)
4 занятие	16.15-16.45	10.20-10.50		15.50-16.20	10.05-10.35
Время занятия не более 30 мин. (10 мин. перерыв)		15.50-16.20			
Физическое развитие, 3-е занятие (на улице)					10.50-11.20
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.20-9.30	9.20-9.30 10.15-10.20	9.20-9.30	9.20-9.30	9.15-9.25
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05	9.55-10.00
Второй завтрак	10.05-10.15	10.05-10.15	10.05-10.15	10.05-10.15	10.00-10.05
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.15-10.30	10.50-11.05	10.45-11.00	10.15-10.30	10.35-10.50
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.30-12.10	11.05-12.10	11.00-12.10	10.30-12.10	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20
Обед	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45
Дневной сон	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные и водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.10	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.40-15.45	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35
Полдник	15.45-16.00	15.35-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50
Самостоятельная и совместная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	16.00-16.15	15.15-15.30	15.15-15.30 15.50-16.15	15.15-15.30	15.15-15.30 15.50-16.15
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.45-17.00	16.20-16.35	16.15-16.30	16.20-16.35	16.15-16.30
Прогулка	17.00-18.00	16.35-18.00	16.30-18.00	16.35-18.00	16.30-18.00
Дома (прогулка ,уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ.литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00

Согласовано
Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025 г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с № 76
А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фак

Режим дня
для детей групп подготовительного дошкольного возраста, группа № 8
/холодный период/ (6-7 лет).
Время работы группы: 8.00 – 18.00 (10ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей. Индивидуальная работа.	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20
Утренняя гимнастика	8.05-8.10	8.05-8.10	8.05-8.10	8.05-8.10	8.05-8.10
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Первый завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.45-9.10	8.45-8.50 10.15-10.20	8.45-9.15	8.45-8.50	8.45-8.50
Организованная образовательная деятельность 14 в неделю 1 занятие 2 занятие 3 занятие 4 занятие Время занятия не более 30 мин. (10 мин. перерыв)	9.10-9.40 10.40-11.10 (по подгруппам) 10.00-10.30 15.50-16.20	8.50-9.20 9.30-10.00 (по подгруппам) 10.20-10.50 15.50-16.20	9.15-9.45 10.00-10.30	8.50-9.20 9.30-10.00 (по подгруппам) 10.10-10.40	8.50-9.20 9.30-10.00 15.50-16.20
Физическое развитие, 3-е занятие (на улице)					11.25-11.55
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.55-10.00	9.20-9.30 10.15-10.20	-	9.20-9.30	9.20-9.30
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	9.40-9.45	10.00-10.05	9.45-9.50	10.00-10.05	10.00-10.05
Второй завтрак	9.45-9.55	10.05-10.15	9.50-10.00	10.05-10.10	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.30-10.45	10.50-11.05	10.30-10.45	10.40-10.55	10.15-10.30
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.45-12.10	11.05-12.10	10.45-12.10	10.55-12.10	10.30-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20
Обед	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45
Дневной сон	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные и водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35
Полдник	15.35-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50
Самостоятельная и совместная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.20-16.35	16.20-16.35	16.20-16.35	16.20-16.35	16.20-16.35
Прогулка	16.35-18.00	16.35-18.00	16.35-18.00	16.35-18.00	16.35-18.00
Дома (прогулка ,уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ.литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00

Согласовано
Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025 г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с № 76
А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фак

Режим дня
для детей групп подготовительного дошкольного возраста, группа № 7
/холодный период/ (6-7 лет).
Время работы группы: 8.00 – 18.00 (10ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей. Индивидуальная работа.	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20	8.00-8.05 8.10-8.20
Утренняя гимнастика	8.05-8.10	8.05-8.10	8.05-8.10	8.05-8.10	8.05-8.10
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Первый завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.45-9.00	8.45-8.50 10.15-10.20	8.45-9.15	8.45-8.50	8.45-8.50
Организованная образовательная деятельность 14 в неделю 1 занятие 2 занятие 3 занятие 4 занятие Время занятия не более 30 мин. (10 мин. перерыв)	9.00-9.30 10.40-11.10 16.00-16.30	8.50-9.20 10.20-10.50 (по подгруппам) 9.40-10.10 16.00-16.30	9.15-9.45 9.55-10.25 (по подгруппам) 10.35-11.05	8.50-9.20 9.30-10.00 (по подгруппам) 10.20-10.50	8.50-9.20 9.30-10.00 15.10-15.40
Физическое развитие, 3-е занятие (на улице)	11.25-11.55				
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.30-9.55 10.10-10.40	9.20-9.40	-	9.20-9.30 10.15-10.20	9.20-9.30
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	9.55-10.00	10.10-10.15	9.45-9.50	10.00-10.05	10.00-10.05
Второй завтрак	10.00-10.10	10.15-10.20	9.50-9.55	10.05-10.15	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	11.10-11.25	10.50-11.05	10.25-10.40	10.50-11.05	10.15-10.30
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	11.25-12.10	11.05-12.10	10.40-12.10	11.05-12.10	10.30-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20
Обед	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45
Дневной сон	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные и водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.10
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.40-15.45	15.40-15.45	15.40-15.45	15.40-15.45	15.40-15.45
Полдник	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00
Самостоятельная и совместная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	15.15-15.40	15.15-15.40	15.15-15.40	15.15-15.40	-
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.20-16.35	16.20-16.35	16.20-16.35	16.20-16.35	16.00-16.15
Прогулка	16.35-18.00	16.35-18.00	16.35-18.00	16.35-18.00	16.15-18.00
Дома (прогулка, уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ. литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00

Согласовано
Врач педиатр _____ / _____ /
« ____ » _____ 2025 г.

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д\с № 76
А.В. Тарадина
Приказ от «29» августа 2025 г. № 67-фх

Режим дня
для детей групп подготовительного дошкольного возраста, группа № 10
/холодный период/ (6-7 лет).
Время работы группы: 7.00 – 19.00 (12ч.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Дома					
Подъем, гигиенические процедуры, сбор в д\с.	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В детском саду					
Прием детей, осмотр. Самостоятельная и совместная деятельность детей. Индивидуальная работа.	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку.	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Первый завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
Организованная образовательная деятельность 14 в неделю 1 занятие 2 занятие 3 занятие 4 занятие Время занятия не более 30 мин. (10 мин. перерыв)	9.00-9.30 9.40-10.10 16.00-16.30	9.00-9.30 9.40-10.10	9.00-9.30 15.10-15.40 16.00-16.30	9.00-9.30 10.35-11.05 16.00-16.30	9.00-9.30 9.45-10.15
Физическое развитие, 3-е занятие (на улице)		11.25-11.55			
Самостоятельная и совместная образовательная деятельность детей и педагога, инд. работа	9.30-9.40	9.30-9.40 10.15-10.20	9.30-10.10	9.30-10.10 10.25-10.35	9.30-9.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	10.10-10.15	10.10-10.15	10.10-10.15	10.10-10.15	10.15-10.20
Второй завтрак	10.15-10.25	10.15-10.25	10.15-10.25	10.15-10.25	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.25-10.40	10.25-10.40	10.25-10.40	11.05-11.20	10.30-10.45
Прогулка (наблюдения в природе, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры)	10.40-12.10	10.40-12.10	10.40-12.10	11.20-12.10	10.45-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20
Обед	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40
Гигиенические процедуры, подготовка к дневному сну.	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45	12.40-12.45
Дневной сон	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные и водные процедуры, упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.10	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.40-15.45	15.40-15.45	15.40-15.45	15.40-15.45	15.40-15.45
Полдник	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00
Самостоятельная и совместная деятельность детей и педагога, инд. работа, досуги	15.15-15.40	15.15-15.40 16.00-16.30	-	15.55-15.40	15.15-15.40 16.00-15.40
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45
Прогулка	16.45-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00
Дома (прогулка , уход детей домой, ужин, спокойные игры, чтение худ. литературы, гигиенические процедуры, ночной сон)	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00