ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное бюджетное учреждение города Москвы

Центр содействия семейному воспитанию «Центральный»

Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы

СОГЛАСОВАНО
на заседании
Педагогического совета
ГБУ ЦССВ «Центральный»
Протокол
от «26» августа 2026 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
ГБУ ЦССВ «Центральный»
от «26» августа 2026 г. № 100 -од
Т.Ю. Телегиной

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ ЦЕНТР СОДЕЙСТВИЯ СЕМЕЙНОМУ ВОСПИТАНИЮ "ЦЕНТРАЛЬНЫЙ" ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Подписано цифровой подписью: ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ ЦЕНТР СОДЕЙСТВИЯ СЕМЕЙНОМУ ВОСПИТАНИЮ "ЦЕНТРАЛЬНЫЙ" ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Дата: 2026.09.09 17:23:29 +03'00'

Положение
о режимах дня обучающихся (воспитанников)

1. Общие положения

1.1. Положение о режимах дня обучающихся (воспитанников) Государственного бюджетного учреждения Центра содействия семейному воспитанию «Центральный» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы (далее - Учреждение) разработано в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 21.12.2012 № 273;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;

- Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028;

- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 17.08.2024 № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 г.»;

- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19»;

- действующими гигиеническими нормативами и требованиями к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания;

- рекомендациями методического пособия «Реабилитация детей в домах ребенка» кафедры поликлинической педиатрии ФГБОУ «Российская медицинская академия последипломного образования» Министерства здравоохранения Российской Федерации;

- Уставом Учреждения;

- Лицензией на осуществление образовательной деятельности.

1.2. Настоящее Положение регламентирует проживание обучающихся (воспитанников) в группах для детей младенческого, раннего и дошкольного возраста, в том числе, в реабилитационных группах, организацию непосредственно образовательной деятельности и режимов дня обучающихся (воспитанников) Учреждения. Режим и распорядок дня устанавливаются с учетом требований действующего законодательства, условий реализации образовательных программ Учреждения, потребностей участников образовательных отношений.

2. Цели и задачи организованной образовательной деятельности и режимов дня обучающихся (воспитанников)

Цель: обеспечить соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности обучающихся (воспитанников) в Учреждении для сохранения физического здоровья, эмоционального благополучия, полноценного развития и подготовки к устройству в семью.

Задачи:

- своевременное и полное удовлетворение физиологических потребностей ребенка;

- обеспечение гармоничного развития обучающихся (воспитанников) в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями;

- построение индивидуального режима дня на каждого обучающегося (воспитанника) в период адаптации обучающихся (воспитанников) к новым условиям проживания и по медицинским показаниям.

3. Организация режима дня

3.1. Организация жизни и деятельности детей осуществляется с учетом режима круглосуточного пребывания обучающихся (воспитанников) в Учреждении. Контингент обучающихся (воспитанников) Учреждения составляют дети, оставшиеся без попечения родителей, в том числе, детисироты, дети из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации и (или) в социально опасном положении (безнадзорные, беспризорные и т.п.), признанные таковыми в нормативно установленном порядке. Им оказывается комплексная медико-психолого-педагогическая и социальная помощь.

3.2. Основу режима составляют следующие компоненты:

- дневной и ночной сон;
- бодрствование (утренний и вечерний круг, игры, организованная образовательная деятельность и досуговая деятельность воспитанников).
- пребывание на открытом воздухе (прогулка);
- самостоятельная деятельность воспитанников (игровая деятельность и отдых по собственному выбору).
- прием пищи;
- гигиенические процедуры.

Содержание и длительность каждого компонента изменяются в соответствии с возрастом обучающихся (воспитанников).

3.3. Режим дня может быть гибким, неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, длительность суточного сна, время отхода ко сну, проведение ежедневных прогулок.

3.4. При составлении режима дня необходимо руководствоваться следующими принципами:

- длительность бодрствования обучающихся (воспитанников) определяется их возрастными особенностями,
- отдых должен обеспечить полное функциональное восстановление нервной системы, количество сна в сутки, число и длительность отрезков дневного и ночного сна должны соответствовать физиологической потребности ребенка,
- ритм кормления должен быть согласован с режимом бодрствования и сна;
- перевод ребенка на новый режим должен осуществляться постепенно с учетом его возрастных, индивидуальных возможностей и особенностей развития;
- организация режима дня обучающихся (воспитанников) со второго года жизни должна проводиться с учетом теплого и холодного периода года.

3.5. Режимы дня обучающихся (воспитанников) назначаются врачом педиатром по согласованию с педагогами и утверждаются директором Учреждения (Приложение).

3.6. Назначение режима врачом-педиатром происходит на основании комплексной оценки состояния здоровья ребенка специалистами Учреждения, что позволяет учитывать не только возраст и здоровье, но и индивидуальные особенности. При необходимости врачом-педиатром разрабатывается индивидуальный режим обучающегося (воспитанника).

3.7. Если в одной и той же группе находятся обучающиеся (воспитанники), нуждающиеся в разных режимах сна и бодрствования, устанавливается два или три разных режима.

3.8. Смена группового персонала не должна происходить в часы кормления или укладывания детей, когда в режимных процессах задействованы все групповые сотрудники и требуется взаимопомощь в работе.

3.9. Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования обучающихся (воспитанников):

- 1 - 3 мес. - 1 - 1,5 часа;
- 3 - 6 мес. - 1,5 - 2 часа;
- 6 - 9 мес. - 2 - 2,5 часа;
- 9 - 12 мес. - 2,5 - 3 часа;
- 3 - 7 лет - 5,5-6 часов,
- до 3 лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями.

3.10. Продолжительность и количество периодов дневного сна:

- для детей 1 – 3 мес. – 4 периода, 1,5 – 2 часа;
- для детей 3 – 6 мес. – 3 – 4 периода, 1,5 – 2 часа;
- для детей 6 – 9 мес. – 3 периода, 1,5 – 2 часа;
- для детей 9 – 1г.6 мес. – 2 периода, 2 – 2,5 часа; - для детей 1г. 6 мес. – 3 лет – 1 период не менее 3 часов; - для детей 4 – 7 лет составляет – 1 период не менее 2,5 часов.

3.11. При организации сна учитываются следующие правила:

- в момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин. до сна;
- первыми за обеденный стол садятся дети с ослабленными здоровьем, чтобы они затем первыми ложились в постель;
- обучающихся (воспитанников), которые долго засыпают и чутко спят, рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними;
- групповую комнату перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов;
- подъем детей осуществляется постепенно, необходимо правильно разбудить детей, дать им возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели;

- после ночного сна ежедневно организуются гигиенические процедуры и утренняя гимнастика, после дневного сна - пробуждающая зарядка;

- во время сна детей присутствие в спальне воспитателя (младшего воспитателя, или его помощника) обязательно.

3.12. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок для детей до 7 лет составляет не менее 3 часов в день. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать. Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна.

3.13. При организации прогулки учитываются следующие правила:

- чтобы дети не перегревались и не простужались, выход на прогулку организовывается подгруппами, а продолжительность регулируется индивидуально, в соответствии с возрастом, состоянием здоровья и погодными условиями;

- в зависимости от предыдущего занятия и погодных условий изменяется и последовательность разных видов деятельности детей на прогулке.

3.14. Прием пищи организуется по строго отведенному времени. Ритм кормления детей первого года жизни определяется суточной потребностью ребенка в пище, объемом пищи, усваиваемой в одно кормление, длительностью процесса усвоения и связан с ритмом бодрствования и сна.

Количество и интервалы кормления детей от 0 до 1 года:

- 1 - 3 мес. – 7 кормлений с интервалом 3 часа;
- 3 - 6 мес. – 6 кормлений с интервалом 3,5 часа;
- 6 - 9 мес. – 5 кормлений с интервалом 4 часа;
- 9 - 12 мес. – 4 - 5 кормлений с интервалом 4 - 4,5 часа.

Для детей старше года в Учреждении организуется 6-ти разовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин) с интервалами между приемами пищи не более 3-4 часов для детей раннего возраста и не более 3,5 часов для детей дошкольного возраста. Питьевой режим организуется во всех группах. График смены воды установлен через каждые 3 часа. Для обеспечения преемственности питания при передаче воспитанников в семью, родителей (законных представителей) врач-педиатр информируют об ассортименте питания воспитанника.

В процессе организации питания решаются задачи правил гигиены и рационального питания:

- мыть руки перед едой;

- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо пережевывать;
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой;

- после окончания еды полоскать рот.

3.15. На самостоятельную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

3.16. Для детей раннего и дошкольного возраста возможно осуществление образовательной деятельности в первую и во вторую половину дня. В теплый период времени допускается осуществление образовательной деятельности на игровой площадке во время прогулки (при наличии условий).

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности:

- для детей от 1г. 6 мес. до 3-х лет - не более 10 минут;
- для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут;
- для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут;
- для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут;
- для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут. Перерыв во время занятий для гимнастики не менее 2 минут.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первой половине дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику, физкультминутки и т.п.

3.17. Непосредственно образовательная деятельность обучающихся (воспитанников) в соответствии с учебным планом организуется в группе воспитателем, либо учителем-дефектологом. Музыкальные и физкультурные занятия проводятся специалистами в музыкальном и физкультурном залах. Коррекционные занятия проводятся специалистами в кабинете педагога-психолога, логопедическом кабинете, кабинете развития и коррекции, музыкальном зале и в групповых помещениях.

3.18. При организации групповых форм организации занятий учитываются следующие правила:

- соблюдение гигиенических требований (помещение должно быть проветрено, свет должен падать с левой стороны, оборудование, инструменты и материалы и их размещение должны отвечать педагогическим, гигиеническим и эстетическим правилам и т.д.),
- длительность занятия должна соответствовать установленным нормам, а время использовано полноценно, большое значение имеет начало и окончание занятия, концентрация детского внимания,
- использование разнообразных форм организации обучающихся (воспитанников),
- обязательно проведение физкультминутки в середине занятия.

3.19. Физическое развитие детей первого года жизни организуют в форме индивидуальных занятий, включающих комплексы массажа и гимнастики по назначению врача. Реализация образовательных программ дошкольного образования для детей первого года жизни проводится с каждым ребенком индивидуально в групповом помещении ежедневно, не ранее, чем

через 45 минут после еды. Длительность занятия с каждым ребенком составляет 6-10 минут.

Начиная с 9-ти месяцев, помимо комплексов гимнастики и массажа, с детьми проводят разнообразные подвижные игры в индивидуальном порядке. Допускается объединение детей в небольшие группы (по 2 ребенка).

Для реализации образовательных программ дошкольного образования по физическому развитию в индивидуальной форме рекомендуется использовать стол высотой 72-75 см, шириной 80 см, длиной 90-100 см, имеющий мягкое покрытие из материалов, позволяющих проводить влажную обработку и дезинфекцию: стол сверху накрывается пеленкой, которая меняется после каждого ребенка.

3.20. Один раз в неделю для обучающихся (воспитанников) 3-7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию обучающихся (воспитанников) на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у обучающихся (воспитанников) медицинских противопоказаний и наличии спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

3.21. Во время прогулки проводятся спортивные и подвижные игры, физкультурные праздники, досуги, развлечения, экскурсии и др.

3.22. Занятия физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла должны занимать не менее 50% общего времени всех занятий.

3.23. Социально-культурные и физкультурно-оздоровительные мероприятия проводятся в соответствии с календарным планированием.

3.24. Непрерывная длительность просмотра телепередач, мультфильмов составляет для детей 3-4 лет - не более 15-20 мин., для детей 5-7 лет - не более 30 мин. Просмотр телепередач допускается не чаще 2-х раз в день (в первой и второй половине дня).

3.23. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста обучающихся (воспитанников) и времени года.

Используются формы двигательной активности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, физические упражнения, ритмическая гимнастика и другие.

Для реализации двигательной активности обучающихся (воспитанников) используется оборудование и инвентарь физкультурного зала и игровых площадок в соответствии с возрастом и ростом обучающихся (воспитанников).

3.24. Занятия по физическому развитию проводятся с учетом здоровья обучающихся (воспитанников), физической подготовленности и групп здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

3.25. Проведение закаливающих мероприятий осуществляется в соответствии с рекомендациями врача-педиатра. Не допускается проведение закаливающих процедур сразу после еды и физических упражнений с большой нагрузкой.

3.26. Лечебно-профилактические процедуры следует проводить с учетом индивидуальных особенностей и состояния здоровья детей.

3.27. Трудовое воспитание организуется в виде посильных трудовых поручений в соответствии с содержанием образовательных программ дошкольного образования, интересами и возможностями детей.

4. Ответственность

4.1. Администрация, медицинские и педагогические работники, технический персонал несут ответственность за жизнь, здоровье воспитанников, реализацию в полном объеме режима дня, осуществление присмотра и ухода, качество реализуемых образовательных программ, за соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного и воспитательного процессов, соответствующих возрастным, психофизиологическим особенностям обучающихся (воспитанников).

4.2. Врач-педиатр несет ответственность за назначение и корректировку режимов дня воспитанников с учетом их состояния здоровья, а также за контроль за соблюдением медицинских требований при их реализации. Он определяет длительность сна, бодрствования, питания и других режимных моментов на основе комплексной оценки здоровья ребенка, возраста, индивидуальных особенностей и динамики состояния. При необходимости разрабатывает индивидуальные режимы для детей с особыми потребностями.

4.3. При организации режима дня учитывается необходимость формирования безопасной привязанности, снижения тревожности и компенсации дефицитов развития у обучающихся (воспитанников). Ответственность за реализацию этих задач несут все специалисты, участвующие в сопровождении ребёнка, в рамках своих компетенций. Особое внимание уделяется стабильности и предсказуемости режима, а также своевременной корректировке индивидуальных режимов по медицинским и психолого-педагогическим показаниям.

4.4. Групповой персонал (воспитатели, медицинские сестры, младшие воспитатели, помощники воспитателя) отвечают за реализацию режима в повседневной деятельности, фиксируют особенности самочувствия и поведения детей в Дневнике группы.

4.5. Специалисты (педагог-психолог, учитель-дефектолог, учитель-логопед, музыкальный руководитель, социальный педагог) планируют свою работу с учетом режима дня, индивидуальных потребностей обучающихся (воспитанников) и рекомендаций врача-педиатра.

4.6. В соответствии с законодательством Российской Федерации, нарушение режима дня в Учреждении может привести к административной ответственности. В случае серьезных нарушений, в том числе жестокого и/или небрежного отношения к безопасности и здоровью детей, ответственность может быть уголовной.

5. Заключительные положения

5.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Учреждения, принимается на Педагогическом совете и утверждается (либо вводится в действие) приказом директора Учреждения.

5.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

5.3. Настоящее Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.5.1 настоящего Положения.

5.4. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

Приложение

Режим дня № 1*
(для детей от 0 месяца до 1 месяца) *

Кормление	**6.00**
Бодрствование, личная гигиена	6.00 – 7.00
Сон	7.00 – 9.00
Кормление	**9.00**
Бодрствование	9.00 – 10.00
Сон	10.00 – 12.00
Кормление	**12.00**
Бодрствование	12.00 – 13.00
Сон	13.00 – 15.00
Кормление	**15.00**
Бодрствование	15.00 – 16.00
Сон	16.00 – 18.00
Кормление	**18.00**
Бодрствование	18.00 – 19.00
Ночной сон	19.00 – 6.00
Ночное кормление	**21.00, 24.00, 3.00**

Режим дня № 2
(для детей от 1 месяца до 3 месяцев)

Кормление	**6.00**
Бодрствование, личная гигиена	6.00 – 7.00
Сон	7.00 – 9.00
Кормление	**9.00**
Бодрствование	9.00 – 10.00
Сон	10.00 – 12.00
Кормление	**12.00**
Бодрствование	12.00 – 13.00
Сон	13.00 – 15.00
Кормление	**15.00**
Бодрствование	15.00 – 16.30
Сон	16.30 – 18.00
Кормление	**18.00**
Бодрствование	18.00 – 19.00
Ночной сон	19.00 – 6.00
Ночное кормление	**21.00, 24.00**

Режим дня № 3
(для детей от 3 месяцев до 6 месяцев)

Кормление	**6.00**
Бодрствование, личная гигиена	6.00 – 7.30
Сон	7.30 – 9.30
Кормление	**9.30**
Бодрствование	9.30 – 11.00
Сон	11.00 – 13.00
Кормление	**13.00**
Бодрствование	13.00 – 14.30
Сон	14.30 – 16.30
Кормление	**16.30**
Бодрствование	16.30 – 18.00
Сон	18.00 – 19.30
Бодрствование	19.30 – 20.00
Кормление	**20.00**
Бодрствование, личная гигиена	20.00 – 21.00
Ночной сон	21.00 – 6.00
Ночное кормление	**23.30**

Режим дня № 4
(для детей от 6 месяцев до 9 месяцев)

Кормление	**6.00**
Бодрствование, личная гигиена	6.00 – 8.00
Сон	8.00 – 10.00
Кормление	**10.00**
Бодрствование, игра-занятие	10.00 – 12.00
Сон	12.00 – 14.00
Кормление	**14.00**
Бодрствование, игра-занятие	14.00 – 16.00
Сон	16.00 – 18.00
Кормление	**18.00**
Бодрствование, игра-занятие	18.00 – 20.00
Ночной сон	20.00 – 6.00
Ночное кормление	**22.00**

Режим дня № 5
(для детей от 9 месяцев до 1года)

Постепенный подъем, бодрствование, личная гигиена	7.00
Завтрак	**8.00**
Бодрствование, игра-занятие	8.30-9.30
Второй завтрак	**9.30**
Подготовка ко сну, дневной сон*, постепенный подъем, гигиенические процедуры	9.30-12.00
Обед	**12.15**
Бодрствование, игра-занятие	12.45-13.30
Прогулка	13.30-15.00
Полдник	**15.15**
Подготовка ко сну, дневной сон*, постепенный подъем, гигиенические процедуры	15.30-17.00
Бодрствование	17.00-17.30
Прогулка	17.30-18.30
Ужин	**18.45**
Бодрствование	19.15-20.00
Проведение гигиенических процедур	19.30-20.00
Подготовка ко сну, ночной сон	20.00-7.00
Ночное кормление	**22.15**

Режим дня № 6
(для детей от 1 года до 1 года и 6 месяцев)

Режимные моменты	**Холодное время года**	**Теплое время года**
Постепенный подъем, личная гигиена	7.00-7.30	7.00-7.30
Самостоятельная деятельность, игра-занятие	7.30-8.10	7.30-8.10
Завтрак	**8.10**	**8.10**
Прогулка, самостоятельная деятельность		8.30-9.45
Игра-занятие (по подгруппам), самостоятельная деятельность	8.30-9.45	8.30-9.45
Второй завтрак	**9.45**	**9.45**
Подготовка ко сну, дневной сон*, постепенный подъем, гигиенические процедуры	10.00-12.00	10.00-12.00
Обед	**12.15**	**12.15**
Самостоятельная деятельность, игра-занятие	12.45-13.30	-

Прогулка, самостоятельная деятельность, игра-занятие	-	12.45-15.10
Подготовка к прогулке, прогулка	13.30-15.10	-
Полдник	**15.15**	**15.15**
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, гигиенические процедуры	15.30-17.00	15.30-17.00
Самостоятельная деятельность, игра-занятие	17.00-17.30	17.00-17.30
Подготовка к прогулке, прогулка	17.30-18.30	17.30-18.30
Ужин	**18.45**	**18.45**
Самостоятельная деятельность	19.15-19.40	19.15-19.40
Второй ужин	**19.45**	**19.45**
Подготовка ко сну, ночной сон	20.00-7.00	20.00-7.00

Режим дня № 7
разновозрастной группы
(для детей от 1 года 6 месяцев до 7-ми лет)

Режимные моменты	**Холодное время года** от 1г.6мес. до 2 лет	**Теплое время года** от 1г.6мес. до 2 лет	**Холодное время года** от 2 до 7 лет	**Теплое время года** от 2 до 7 лет
Постепенный подъем, личная гигиена	7.00 -7.30	7.00-7.30	7.00-7.30	7.00 -7.30
Самостоятельная деятельность	7.30 -8.05	7.00-8.05	7.30 -8.05	7.00-8.05
Зарядка	8.05 -8.15	8.05 -8.15	8.05 -8.15	8.05 -8.15
Завтрак	**8.15**	**8.15**	**8.15**	**8.15**
Самостоятельная деятельность, игра-занятие*	8.40 -9.40	8.40 -9.15	8.40-8.50	8.40-8.50
Утренний круг	-	-	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Игра-занятие			9.00 - 9.40	-
Второй завтрак	**9.40**	**9.15**	**9.40**	**9.15**
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.55 - 11.30	9.30 - 11.30	9.55 - 11.40	9.30 - 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.30 - 11.50	11.30 - 11.50	11.40 - 11.50	11.40-11.50
Обед	**11.50**	**11.50**	**11.50**	**11.50**
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10 -15.10	12.10-15.10	12.10-15.10	12.10 -15.10
Постепенный подъем,	15.10 -15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10 -15.20

самостоятельная деятельность				
Полдник	**15.20**	**15.20**	**15.20**	**15.20**
Самостоятельная деятельность, игра-занятие*	15.40 -16.40	15.40 -16.20	15.40 -16.00	15.40 -16.10
Вечерний круг			16.00 -16.10	16.10 -16.20
Организованная деятельность**	-	-	16.10 -16.40	-
Подготовка к прогулке. Прогулка*	16.40 -18.10	16.20 -18.20	16.40 -18.10	16.20 -18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.10 -18.40	18.20 -18.40	18.10 -18.40	18.20 -18.40
Ужин	**18.40**	**18.40**	**18.40**	**18.40**
Чтение художественной литературы, просмотр телепередач***	19.00 -19.15	19.00 -19.15	19.00 -19.15	19.00 -19.15
Игра, самостоятельная деятельность	19.15 -20.00	19.15 -20.00	19.15 -20.00	19.15 -20.00
Второй ужин	**20.00**	**20.00**	**20.00**	**20.00**
Подготовка ко сну, личная гигиена	20.10 -20.30	20.10 - 20.30	20.10 - 21.00	20.10 -21.00
Ночной сон	20.30 -7.00	20.30 -7.00	21.00 - 7.00	21.00 - 7.00