Утверждаю
И.О. Директора
МКУ «Центр»
И.П.Ломова

РЕЖИМ ДНЯ
(младшая группа)

8-00	*подъём*
8-00 – 8-30	*зарядка, утренний туалет, уборка комнат*
8-30 – 9-00	*1 завтрак*
9-00 – 10-00	*досуг (мероприятия), чтение, личное время*
10-00 – 10-30	*2 завтрак*
10-30 – 12-30	*прогулка*
12-30 – 13-00	*обед*
13-00 – 16-00	*дневной сон*
16-00 – 16-20	*полдник*
16-20 – 17-00	*прогулка*
17-00 – 18-15	*досуг (мероприятия), чтение, личное время*
18-15 – 18-35	*1 ужин*
18-35 – 19-35	*прогулка*
19-35 – 20-35	*досуг, просмотр телепередач, личное время,*
20-35	*2 ужин*
20-35 - 21-00	*вечерний туалет*
21-00	*отбой*
21-00 – 8-00	*ночной сон*

СанПиН 1.2.3685-21

Утверждаю _____
И.О. Директора
МКУ «Центр»
И.П.Ломова

РЕЖИМ ДНЯ
(старшая группа)

7-00	*подъём*
7-00 – 7-30	*зарядка, утренний туалет, уборка комнат*
7-30 – 7-45	*1 завтрак*
8-15	*отправление детей в школу*
8-15 – 12-00	*работа дежурного воспитателя с документацией*
13-45 – 14-00	*обед*
14-00 – 16-00	*дневной сон*
16-00	*полдник*
16-20 – 17-20	*подготовка домашнего задания, посещение кружков*
17-15 – 18-15	*прогулка*
18-15 – 18-35	*1 ужин*
18-35 – 20-00	*прогулка*
20-00 – 21-00	*досуг, просмотр телепередач, личное время,*
21-00	*2 ужин,*
21-15 - 22-00	*вечерний туалет*
22-00	*отбой*
22-00 – 7-00	*ночной сон*

СанПиН 1.2.3685-21