



Утверждаю
заведующий МОУ
Детским садом № 2
И.В. Илюшина
«1» сентября 2026 г.

**Примерный режим дня
по адаптированной основной образовательной программе
на 2026-2027 учебный год
(с режимом пребывания 24 часа)**

Утренний приём, осмотр, игры, общение, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	07.00 – 08.45
Подъем, гигиенические процедуры (после ночи)	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.45 – 08.55
Основная образовательная деятельность	09.00 – 09.30
	09.40 – 10.10
	10.20 – 10.50
Второй завтрак	10.50 – 11.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00 – 12.30
Возвращение с прогулки, игры	12.30 – 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 – 12.55
Закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры	12.55 – 13.05
Подготовка ко сну, дневной сон	13.05 – 15.10
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.30
Образовательная деятельность	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, экспериментирование). Возвращение с прогулки	16.00 – 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 – 18.40
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам, театрализация, сюжетно-ролевые игры, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности	18.40 – 21.00
Подготовка к ужину 2, ужин 2	21.00 – 21.05
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну (понедельник - четверг)	21.05 – 21.10
Уход домой (пятница)	18.50 – 19.00
Отход ко сну, ночной сон (понедельник - четверг)	21.10 – 08.10