

ОРІЄНТОВНИЙ РЕЖИМ ДНЯ ДІТЕЙ
молодшого, середнього та старшого дошкільного віку
в осінній, зимовий, весняний періоди
в очній формі зі змішаним режимом навчання

Вид діяльності	Молодший дошкільний вік	Середній дошкільний вік	Старший дошкільний вік
Поступовий підйом дітей, ранкова гімнастика	07.00-07.20	07.00-07.20	07.00-07.20
Культурно-гігієнічні процедури, підготовка до сніданку	07.20-07.40	07.20-07.40	07.20-07.40
Сніданок	07.40-08.20	07.40-08.20	07.40-08.20
Прийом дітей до ЗДО №231 ЗМР (укриття)	08.20-08.45	08.20-08.45	08.20-08.45
Підготовка до занять	08.45-09.10	08.45-09.10	08.45-09.10
Організовані види діяльності	09.10-10.20	09.10-10.35	09.10-11.25
Повернення дітей додому, прогулянка	10.20-12.00	10.35-12.05	11.25-12.20
Повернення з прогулянки	12.00-12.10	12.05-12.10	12.20-12.25
Культурно-гігієнічні процедури, підготовка до обіду	12.10-12.20	12.10-12.35	12.25-12.40
Обід	12.20-12.50	12.35-13.05	12.40-13.10
Денний сон	12.50-15.05	13.05-15.15	13.10-15.20
Поступовий підйом, гімнастика пробудження, повітряні та водні процедури	15.05-15.20	15.15-15.45	15.20-15.40
Полуденок	15.20-15.50	15.45-16.15	15.40-16.00
Ігри, самостійна діяльність	15.50-16.20	16.15-16.45	16.00-16.30
Підготовка до прогулянки	16.20-16.35	16.45-16.55	16.30-16.40
Вихід на вулицю	16.35-16.45	16.35-16.45	16.40-16.45
Прогулянка	16.45-18.15	16.45-18.15	16.45-18.15
Повернення з прогулянки	18.15-18.25	18.15-18.25	18.15-18.25
Малорухливі ігри	18.25-19.00	18.25-19.00	18.25-19.00
Вечеря	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30
Самостійна діяльність	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00
Культурно-гігієнічні процедури	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00
Підготовка до сну	20.30-21.00	20.30-21.00	20.30-21.00
Сон	21.00	21.00	21.00