

**РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ ГКУСО РО  
РОСТОВСКИЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ДЕТЯМ № 7  
(дошкольного возраста)  
на 2026год**

Режимные моменты	Время проведения	
	Будние дни	Выходные и праздничные дни
Подъем, водные процедуры, утренняя гимнастика	07.00 - 07.30	8.00 – 08.30
Завтрак	07.30 – 8.00	08.30 – 09.00
Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей	08.00 - 09.00	09.00 - 10.00
Регламентированная деятельность (занятия с воспитателями, с педагогами ДО, с педагогами - специалистами)	09.00 – 10.30	10.00 – 11.10
Второй завтрак	10.30 – 10.40	11.00 – 11.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 – 12.00	11.20 – 12.30
Самостоятельная деятельность, игры	12.00 – 12.30	-
Обед	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка к дневному сну, сон	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30
Самостоятельная деятельность, игры	15.30-16.00	15.30-16.00
Полдник	16.00- 16.20	16.00- 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 – 18.00	16.20 – 18.00
Ужин	18.00 - 18.30	18.00 - 18.30
Свободная деятельность, игры	18.30 - 19.20	18.30 - 19.20
Водные процедуры, подготовка ко сну	19.20 - 20.00	19.20 - 20.00
Второй ужин	20.00 – 20.20	20.00 – 20.20
Сон	20.20 – 7.00	20.20 – 7.00