

Утверждаю

Директор МБОУ-Баландышской ООШ

\_\_\_\_\_ Хузин Ю.Р.

Приказ № 184 от 28.08.2025 года

Принят на заседании педагогического совета

Протокол №1 от 28.08.2025 г.

## Режим дня

в холодный период дошкольной группы МБОУ – Баландышской ООШ

Тюлячинского муниципального района РТ

на 2025-2026 учебный год

| Содержание                                                                                                                             | 1,5-3 лет              | 3-5 лет                | 5-6 лет                 | 6-7лет                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|-------------------------|----------------------------------------|
| (время)                                                                                                                                |                        |                        |                         |                                        |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин.)                                       | 7.00-8.00              | 7.00-8.00              | 7.00-8.00               | 7.00-8.00                              |
| Завтрак                                                                                                                                | 8.00-8.30              | 8.00-8.30              | 8.00-8.30               | 8.00-8.30                              |
| Игры, подготовка к занятиям                                                                                                            | 8.30-8.50              | 8.30-9.00              | 8.30-9.00               | 8.30-9.00                              |
| Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), самостоятельная деятельность | 8.50-9.00<br>9.40-9.50 | 9.00-9.15<br>9.40-9.55 | 9.00-9.25<br>9.40-10.05 | 9.00-9.30<br>9.40-10.10<br>10.20-10.50 |
| Второй завтрак (самостоятельная деятельность)                                                                                          | 10.10-10.20            | 10.10-10.20            | 10.10-10.20             | 10.10-10.20                            |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                                                                                | 10.50-11.30            | 10.50-12.00            | 10.50-12.00             | 10.50-12.00                            |
| Обед                                                                                                                                   | 11.30-12.00            | 12.00-12.30            | 12.00-12.30             | 12.00-12.30                            |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры                                                               | 12.00-15.00            | 12.30-15.00            | 12.30-15.00             | 12.30-15.00                            |
| Полдник                                                                                                                                | 15.00-15.30            | 15.00-15.30            | 15.00-15.30             | 15.00-15.30                            |
| Занятия (при необходимости)                                                                                                            | 15.30-15.40            | -                      | 15.40-16.05             | -                                      |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                                                                               | 15.40-16.35            | 15.30-16.35            | 16.05-16.35             | 15.30-16.35                            |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой                                                  | 16.35-17.30            | 16.35-17.30            | 16.35-17.30             | 16.35-17.30                            |

| Группы                 | 2 группа<br>Раннего возраста<br>(1-2лет) | Младшая –<br>средняя<br>подгруппа<br>(3-5 лет) | Старшая<br>подгруппа       | Подготовительная<br>подгруппа |
|------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| Занятия                | 20 мин.                                  | 30-40 мин.                                     | 45 мин.                    | 1ч. 30 мин.                   |
| Занятия после обеда    | -                                        | -                                              | 25 мин.                    | 25 мин.                       |
| Сон                    | 3 ч.                                     | 2ч. 35 мин.                                    | 2 ч.                       | 2 ч.                          |
| Прогулка               | 3 ч.                                     | 3 ч.                                           | 3 ч.                       | 3 ч.                          |
| Самостоятельная работа | 3 ч.                                     | 3 ч 5 мин.                                     | 3 ч. (+10 мин<br>веч. вр.) | 2ч 45 мин.                    |
| Питание                | 1 ч.10 мин.                              | 1 ч. 10 мин                                    | 1 ч.30мин.                 | 1ч.30мин.                     |
| Итого                  | 10 ч.30 мин.                             | 10ч. 30мин                                     | 10ч.30мин.                 | 10ч.30мин.                    |