

**Режим дня на холодный период  
в первой младшей группе  
«Ладушки»**

Приём детей .осмотр, игры.	06.30– 7.30					Балаларның иртэр кабул иту, карау, уенар.
утренняя гимнастика	7.30-7.40					Иртэнгэ гимнастикага
Гигиенические процедуры ,подготовка к завтраку, завтрак	7.40-8.00 8.00-8.20					Гигиеналы процедуралар. Иртэнгэ ашка эзерлек. Иртэнгэ аш вакаты.
Утренний круг, самостоятельная деятельность	8.20-8.40					Балаларның мостәкель, эшчәнлеге .
Подготовка к ОД	8.40-9.00					Белем бирү эшчәнлекк эзерлек.
Основная образовательная деятельность, со специалистами	Понедельник	09.00-09.10	-	15.15-15.25		Оештырылган белем бирү. Эшчәнлеге.
	Вторник	09.00-09.10	09.20-09.30			
	Среда	09.00-09.10	09.20-09.30			
	Четверг	09.00-09.10	9.20-9.30			
	Пятница	09.00-09.10	09.20-09.30			
Второй завтрак	Понедельник	10.00				Икенче иртэнгә аш.
	Вторник	10.00				
	Среда	10.00				
	Четверг	10.00				
	Пятница	10.00				
Подготовка к прогулке, прогулка, игры ,наблюдения.	10.00 11.05	10.00 11.05	10.00 11.05	10.00 11.05	10.00 11.05	Саф һавага чыгарг эзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керу.
Возращение с прогулки, самостоятельная деятельность взрослого с детьми.	11.05 11.10	11.05 11.10	11.05 11.10	11.05 11.10	11.05 11.10	Балалар белән тәрбияченең уртак эшчәнлек: уеннар аралашу.
Подготовка к обеду, обед.	11.10-11.15 11.15-11.45					Кондезге ашка эзерлек. Кондезге аш вакаты.
Подготовка ко сну, дневной сон	11.45-15.00					Йокыга эзерлек . кондезге йокы вакыты.
Постепенный подъем ,гигиенические процедуры.	15.00-15.05					Йокыдан тору. Гигиеналы процедуралар.
Подготовка к полднику ,полдник	15.05-15.15 15.15-15.25					Тоштән соңгы ашка эзерлек. Тоштән соңгы аш вакыты.
Подготовка к ужину, ужин.	15.25-15.50 15.50-16.00					Кичке ашка эзерлек. Кичке аш вакаты.
Игры, самостоятельная деятельность взрослого и ребенка.	16.00-17.00					Балалар белән тәрбияченең уртак эшчәнлек: уеннар аралашу.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00-18.30					Саф һавага чыгарг эзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керу.

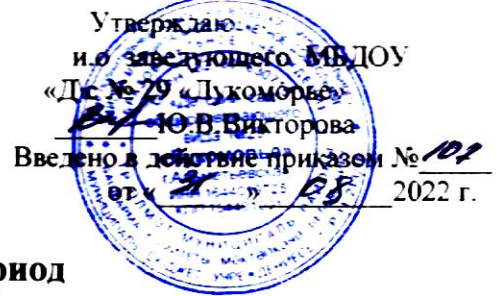
Составлена в соответствии с санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН СП2 43648-20 от 28сентября 2020 года № 28. Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам Сан ПиН СП2 1.2 3685-21 от 28января 2021 года № 2. "От рождения до школы " под ред.Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой ,Э.М.Дорофеевой.



### Режим дня на холодный период во второй младшей группе «Дружба»

Приём детей ,осмотр, игры, самостоятельная деятельность,	06.30– 07.40					<i>Балаларның иртәр кабул иту, карау, уенар.</i>
утренняя гимнастика.	07.40-07.50					<i>Иртәнгә гимнастикага.</i>
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак	07.50-08.05 08.05-08.25					<i>Гигиеналы процедуралар. Иртәнге ашка әзерлек. Иртәнге аш вакаты.</i>
Утренний круг ,игры, самостоятельная деятельность	8.25-08.45					<i>Балаларның мостәкель, эшчәнлеге .</i>
Подготовка к ОД	8.45-9.00					<i>Белем бирү эшчәнлекк әзерлек.</i>
Основная образовательная деятельность /Занятия по подгруппам	Понедельник	9.00-9.15	9.25-9.40	-		<i>Оештырылган белем биру. Эшчәнлеге.</i>
	Вторник	9.20-9.35	9.45-10.00	-		
	Среда	9.00-9.15	9.45-10.00	-		
	Четверг	9.00-9.15	9.40-9.55	-		
	Пятница	9.00-9.15	9.25-9.40	-		
Второй завтрак	Понедельник	10.00				<i>Икенче иртәнге аш.</i>
	Вторник	10.00				
	Среда	10.00				
	Четверг	10.00				
	Пятница	10.00				
Подготовка к прогулке, прогулка,	10.00-11.00	10.00-11.00	10.00-11.00	10.00-11.00	10.00-11.00	<i>Саф һавага чыгарг әзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керү.</i>
Возвращение с прогулки самостоятельная деятельность взрослого с детьми	11.00-11.10					<i>Балалар белән тәрбияченең уртак эшчәнлек:уеннар аралашу.</i>
Подготовка к обеду, обед.	11.10-11.20					<i>Кондәзге ашка әзерлек. Кондәзге аш вакаты.</i>
	11.20-12.00					
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00					<i>Йокыга әзерлек . кондәзге йокы вакыты.</i>
Постепенный подъем, гигиенические процедуры.	15.00-15.05					<i>Йокыдан тору. Гигиеналы процедуралар.</i>
Подготовка к полднику ,полдник	15.05-15.10					<i>Тоштан соңгы ашка әзерлек. Тоштан соңгы аш вакыты.</i>
	15.10-15.25					
Образовательная деятельность, кружковая работа.	15.25-15.40					<i>Балалар белән тәрбияченең уртак эшчәнлек:уеннар аралашу.</i>
Подготовка к ужину, ужин.	15.40-15.55					<i>Кичке ашка әзерлек. Кичке аш вакаты.</i>
	15.55-16.15					
Игры. самостоятельная деятельность взрослого с детьми	16.15-17.00					<i>Балалар белән тәрбияченең уртак эшчәнлек:уеннар аралашу.</i>
Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой	17.00 -18.30					<i>Саф һавага чыгарг әзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керү.</i>

Составлена в соответствии с санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН СП2 43648-20 от 28сентября 2020 года № 28. Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам Сан ПиН СП2 1.2 3685-21 от 28января 2021 года № 2. "От рождения до школы" под ред.Н.Е.Вераксы,Т.С. Комаровой ,Э.М.Дорофеевой.



### Режим дня на холодный период в средней группе «Улыбка»

Приём детей ,осмотр, свободная игра,	06.30– 07.50					<i>Балаларның иртәр кабул иту, карау, уенар.</i>
утренняя гимнастика	7.50-8.00					<i>Иртәнгә гимнастикага.</i>
Гигиенические процедуры подготовка к завтраку, завтрак.	8.00-8.10 8.10-8.20					<i>Иртәнге ашка әзерлек. Иртәнге аш вакаты.</i>
Утренний круг ,игры самостоятельная деятельность подготовка к ОД	8.20-8.30 8.30-9.00					<i>Балаларның мостәкель, эшчәнлегә . Белем биру эшчәнлекк әзерлек.</i>
Образовательная деятельность , занятия со специалистами	Понедельник	9.00-9.20	9.50-10.10			<i>Оештырылган белем биру. Эшчәнлегә.</i>
	Вторник	9.00-9.20	9.45-10.05			
	Среда	9.00-9.20	10.10-10.30			
	Четверг	9.00-9.20	10.05-10.25			
	Пятница	9.00-9.20	9.30-9.50	10.00-10.20		
Второй завтрак	Понедельник	10.00				<i>Икенче иртәнге аш.</i>
	Вторник	10.00				
	Среда	10.00				
	Четверг	10.00				
	Пятница	10.00				
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 11.15	10.05 11.15	10.30 11.15	10.25 11.15	10.45 11.15	<i>Саф һавага чыгаргә әзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керү.</i>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность взрослого с детьми.	11.15-11.25					<i>Балалар белән тәрбияченең уртак эшчәнлек:уеннар аралашу.</i>
Подготовка к обеду, обед.	11.25-11.30					<i>Көндөзгә ашка әзерлек. Көндөзгә аш вакаты.</i>
	11.30-12.00					
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00					<i>Йокыга әзерлек . көндөзгә йокы вакыты.</i>
Постепенный подъем профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.	15.00-15.10					<i>Йокыдан тору.Гигиеналы процедуралар.</i>
Подготовка к полднику ,полдник	15.10-15.15					<i>Төштән соңгы ашка әзерлек. Төштән соңгы аш вакыты.</i>
	15.15-15.25					
Образовательная деятельность, кружковая работа.	15.25-15.50					<i>Балалар белән тәрбияченең уртак эшчәнлек:уеннар аралашу.</i>
Подготовка к ужину, ужин.	15.50-16.00					<i>Кичке ашка әзерлек. Кичке аш вакаты.</i>
	16.00-16.15					
Игры. самостоятельная деятельность детей и взрослого	16.15-17.00					<i>Балалар белән тәрбияченең уртак эшчәнлек:уеннар аралашу.</i>
Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой	17.00-18.30					<i>Саф һавага чыгаргә әзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керү.</i>

Составлена в соответствии с санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН СП2 43648-20 от 28сентября 2020 года № 28. Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам Сан ПиН СП2 1.2 3685-21 от 28января 2021 года № 2. "От рождения до школы" под ред.Н.Е.Вераксы,Т.С. Комаровой ,Э.М.Дорофеевой.

Утверждаю  
и.о. заведующего МБДОУ  
«ДС № 29 «Лукоморье»  
Ю.В.Викторова  
Введено в действие приказом № 104  
от « 28 » 08 2022 г.

### Режим дня на холодный период в старшей группе «Звездочки»

Приём детей, осмотр, свободная игра	06.30– 7.55					Балаларның иртэр кабул иту, карау, уенар.
утренняя гимнастика	7.55-8.05					Иртэнгә гимнастикага
Гигиенические процедуры, дежурство, подготовка к завтраку завтрак.	8.05-8.15 8.15-8.30					Гигиенаны процедуралар. Иртэнгә ашка эзерлек. Иртэнгә аш вакаты
Утренний круг, игры самостоятельная деятельность, подготовка к ОД	8.30-9.00					Балаларның мостакель, эшчәнлеге. Белем бирү эшчәнлекк эзерлек
Образовательная деятельность в группе, со специалистами	Понедельник	9.00-9.25	10.20-10.45	15.15-15.45		Оештырылган белем бирү, эшчәнлеге: төркемчәләр белән.
	Вторник	9.00-9.25	9.35-10.00	10.15-10.40		
	Среда	9.00-9.25	10.40-11.05			
	Четверг	9.00-9.25	9.35-10.00	10.35-11.00		
	Пятница	9.00-9.25	9.50-10.15	-		
Второй завтрак	Понедельник	10.00				Икенче иртэнгә аш
	Вторник	10.00				
	Среда	10.00				
	Четверг	10.00				
	Пятница	10.00				
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.45 11.50	10.40 11.50	11.45 11.50	11.00 11.50	10.15 11.50	Саф һавага чыгару эзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керу.
Возращение с прогулки, самостоятельная деятельность взрослого с детьми.	11.50-12.00					Балалар белән тәрбиячеләң уртак эшчәнлек: уеннар аралашу
Подготовка к обеду, обед.	12.00-12.40					Көндөзгә ашка эзерлек. Көндөзгә аш вакаты
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.40-15.00					Йокыга эзерлек. Көндөзгә йокы вакаты
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.	15.00-15.15					Йокыдан тору. Гигиенаны процедуралар.
Подготовка к полднику, полдник.	15.15-15.20 15.20-15.30					Тоштан соңгы ашка эзерлек. Тоштан соңгы аш вакаты.
Образовательная деятельность, кружковая работа	15.30-15.55					Оештырылган белем бирү, эшчәнлеге: төркемчәләр белән.
Подготовка к ужину, ужин.	15.55-16.05 16.05-16.20					Кичке ашка эзерлек. Кичке аш вакаты
Игры, самостоятельная и образовательная детская деятельность.	16.20-16.30					Балалар белән тәрбиячеләң уртак эшчәнлек: уеннар аралашу
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход домой	16.30-18.30					Саф һавага чыгару эзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керу.

Составлена в соответствии с санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН СП2 43648-20 от 28 сентября 2020 года № 28. Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам Сан ПиН СП2 1.2 3685-21 от 28 января 2021 года № 2. "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М.Дорофеевой.

## Режим дня на холодный период в подготовительной группе «Капитошка»

Приём детей (осмотр, игры).		06.30– 8.00				Балаларның иртәгә кабул итү, кәһәү үзләш.
Утренняя гимнастика.		8.00-8.10				Иртәгә гимнастика.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак.		8.10-8.20 8.20-8.30				Гигиеналы процедуралар. Иртәгә ашка әзерлек. Иртәгә аш вакаты.
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ОД		8.30-9.00				Балаларның мөстәкель ичәнгеле. Белем бирү ичәнгелек әзерлек.
Основная образовательная деятельность, со специалистами	Понедельник	9.00-9.30	09.40-10.10	10.55-11.20		Оештырылган белем бирү, ичәнгеле торкемчәләр белем
	Вторник	9.00-9.30	10.50-11.20			
	Среда	9.00-9.30	-	15.15-15.45		
	Четверг	9.00-9.30	9.40-10.10	11.10-11.40		
	Пятница	9.00-9.30	9.40-10.10	10.50-11.20		
Второй завтрак	Понедельник	10.00				Икенче иртәгә аш.
	Вторник	10.00				
	Среда	10.00				
	Четверг	10.00				
	Пятница	10.00				
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдение.		11.20	11.20	10.00	10.10	Саф һавага чыгару әзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керү.
		11.55	11.55	11.55	11.55	
Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельные игры.		11.55-12.05				Балалар белем тәрбиячелен уртак ичәнгелек үстәп аргалашу.
Подготовка к обеду, обед.		12.05-12.10 12.10- 12.40				Көндөгә ашка әзерлек. Көндөгә аш вакаты.
Подготовка ко сну, дневной сон.		12.40-15.00				Нокыда әзерлек. Көндөгә нокы вакаты.
Постепенный подъем, гигиенические процедуры.		15.00-15.15				Нокыдан тору Гигиеналы процедуралар.
Подготовка к полднику, полдник.		15.15-15.20 15.20-15.25				Тоштан соңгы ашка әзерлек. Тоштан соңгы аш вакаты.
Образовательная деятельность, кружковая работа.		15.25-15.55				Оештырылган белем бирү ичәнгеле торкемчәләр белем.
Подготовка к ужину, ужин.		15.55-16.10 16.10-16.20				Кичке ашка әзерлек. Кичке аш вакаты.
Игры, самостоятельная и образовательная детская деятельность.		16.20-16.30				Балалар белем тәрбиячелен уртак ичәнгелек үстәп аргалашу.
Подготовка к прогулке, прогулка, Уход домой.		16.30-18.30				Саф һавага чыгару әзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керү.

Утверждаю  
 и.о. заведующего МБДОУ  
 «ДС № 29 «Лукоморье»  
 Ю.В.Викторова  
 Введено в действие приказом № 19  
 от 4.08.2022 г.

### Режим дня на холодный период в подготовительной группе «Салават Купере»

Приём детей ,осмотр, игры, утренняя прогулка, игры		06.30– 8.05					Балаларның иртәр кабул иту, карау, уенар.
утренняя гимнастика.		8.10-8.20					Иртәнге гимнастикага.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак.		8.20-8.25 8.25-8.40					Гигиеналы процеоуралар. Иртәнге ашка әзерлек. Иртәнге аш вакаты.
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность .подготовка к ОД		8.40-9.00					Балаларның мостәкель, эшчәнлеге . Белем биру эшчәнлекк әзерлек.
Основная образовательная деятельность, со специалистами	понедельник	9.00-9.30	11.30-12.00	15.20-15.50		Оештырылган белем биру. Эшчәнлеге.	
	Вторник	9.00-9.30	9.40-10.10	11.30-12.00			
	Среда	9.00-9.30	9.40-10.10	10.40-11.10			
	Четверг	9.00-9.30	-	15.15-15.45			
	Пятница	9.00-9.30	11.30-12.00	15.15-15.45			
Второй завтрак	Понедельник	10.00					Икенче иртәнге аш.
	Вторник	10.00					
	Среда	10.00					
	Четверг	10.00					
	Пятница	10.00					
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдения	09.30	10.10	10.10	10.00	10.00	Саф һавага чыгарг әзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керу.	
	11.10	11.10	11.10	12.00	11.10		
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность взрослого с детьми.		11.10-12.05					Балалар белән тәрбиячелен уртак эшчәнлек: уеннар аралашу
Подготовка к обеду, обед.		12.05-12.10 12.10-12.35					Көндезге ашка әзерлек. Көндезге аш вакаты.
Подготовка ко сну, дневной сон		12.35-15.00					Йокыга әзерлек . көндезге йокы вакыты.
Постепенный подъем .гигиенические процедуры.		15.00-15.10					Йокыдан тору. Гигиеналы процедуралар.
Подготовка к полднику ,полдник		15.10-15.15 15.15-15.30					Тоштан соңгы ашка әзерлек. . Тоштан соңгы аш вакыты.
Образовательная деятельность, кружковая работа		15.30-16.00					Оештырылган белем биру. эшчәнлеге: төркемчәләр белән.
Подготовка к ужину, ужин.		16.00-16.15 16.15-16.35					Кичке ашка әзерлек. Кичке аш вакаты.
Игры, совместная деятельность взрослого с детьми		16.35-16.45					Балалар белән тәрбиячелен уртак эшчәнлек: уеннар аралашу.
Подготовка к прогулке, прогулка		16.45-18.30					Саф һавага чыгарг әзерлек. Саф һавада булу. Саф һавада керу.

Составлена в соответствии с санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН СП2 43648-20 от 28сентября 2020 года № 28. Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам Сан ПиН СП2 1.2 3685-21 от 28января 2021 года № 2. "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М.Дорофеевой.