

ПРИНЯТО:  
на педагогическом совете  
протокол № 1  
от « 28 » августа 2025 года

УТВЕРЖДЕНО:  
заведующий МБДОУ «Детский сад  
общеразвивающего вида № 33» НМР РТ  
 Р.З. Салахова  
Вводится в действие на основании  
приказа № 132  
от « 28 » августа 2025 года.



**Режим дня на холодный период  
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 33» НМР РТ  
на 2025 – 2026 учебный год**

Республика Татарстан  
г. Нижнекамск

### Режим дня для детей от 2 до 3 лет

Режимные моменты		Группа раннего возраста гр. № 4 (1-2 лет)	Первая млад. гр. № 2
Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность, игры.		6.00 – 7.15	6.00 – 7.15
Утренняя гимнастика.		7.15 – 07.20 (в группе)	7.15 – 07.20 (в группе)
Организованные игры. Утренний круг.		7.20 – 7.35	7.20 – 7.35
Подготовка к завтраку		7.35-7.40	7.35-7.40
Завтрак		7.40 – 8.00	7.40 – 8.00
Подготовка к ОД		8.00 – 8.30	8.00 – 8.20
Образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию сетки занятий ОД).		8.30 – 8.40 (1 подгр.) 8.50 – 9.00 (2 подгр.)	8.20 – 8.30 (1 подгр.) 8.40 – 8.50 (2 подгр.)
Игры, подготовка к прогулке. Второй завтрак		9.00-9.35	9.00-9.35
Прогулка.		9.35 – 10.50 (1ч 15 мин)	9.35 – 11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельные игры. Подготовка к обеду.		10.50 – 11.00	11.00 – 11.10
Обед		11.00 – 11.30	11.10 – 11.40
Подготовка ко сну. Дневной сон.		11.30 – 14.50	14.00 – 14.50 (3 ч)
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры.		14.50 – 15.10	14.50 – 15.00
Самостоятельная игровая деятельность		15.10 – 15.30	15.10 – 15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.		15.30-16.00	15.30-16.00
Образовательная деятельность (кружковая работа) в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию сетки занятий ООД).	1 подгруппа	16.00-16.10	16.00-16.10
	2 подгруппа		16.20-16.30
Организация игровой деятельности, игры, прогулка, уход детей домой.		16.20 – 18.00	16.30 – 18.00

## Режим дня в дошкольных группах

Режимные моменты	2 млад. гр. № 5	2 млад. гр. № 7	Средняя гр. № 10	Средняя гр. № 11
Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность, прогулка.	6.00-7.20	6.00-7.20	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30
Утренняя гимнастика.	7.20-7.30	7.20-7.30	7.30 - 7.40(физ. зал)	7.30 - 7.40(зал ЛФК)
Подготовка к завтраку. Завтрак.	7.30-8.00	7.30-8.00	7.45-8.00	7.45- 8.00
Организованные игры. Утренний круг.	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к ОД,	8.10-8.25	8.10-8.25	8.10-8.30	8.10-8.30
Образовательная деятельность в чередовании самостоятельной деятельностью детей (по расписанию сетки занятий ООД).	8.25-8.40 8.55 – 9.10	8.25-8.40 8.55 – 9.10	8.30-8.50 9.00-9.30	8.30-8.50 9.00-9.30
Второй завтрак, подготовка к прогулке.	9.10-9.35	9.10-9.35	9.30– 9.50	9.30– 9.50
Прогулка.	9.35-11.35 (2 часа)	9.35-11.35 (2 часа)	9.50 – 11.30 (1ч. 45м)	9.50 – 11.30 (1ч. 45м)
Возвращение с прогулки, игры. Подготовка к обеду.	11.35-11.40	11.35-11.40	11.35 – 11. 45	11.35 – 11. 45
Обед.	11.40-12.00	11.40-12.00	11.45-12.05	11.45-12.05
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.05 – 14.50	12.05 – 14.50
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры.	15.00-15.35	15.00-15.35	14.50-15.10	14.50-15.10
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.	15.35-16.00	15.35-16.00	15.40-16.05	15.40-16.05
Вечерний круг.	16.00-16.10	16.00-16.10	16.00 – 16.10	16.00 – 16.10
Образовательная деятельность (кружковая работа)в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию сетки занятий ООД).	16.10-16.30	16.10-16.30	15.00 – 15.20 (15.10-15.30)	15.00 – 15.20
Организация игровой деятельность, игры, прогулка, уход детей домой.	16.35-18.00	16.35-18.00	16.35 – 18.00	16.35 – 18.00

<b>Режимные моменты</b>	<b>Старшая гр. № 6</b>	<b>Старшая гр. № 9</b>	<b>Подготовительная к школе гр. № 3</b>	<b>Подготовительная к школе гр. № 8</b>
Прием, осмотр, прогулка	6.00 – 7.35 (1 час 35 мин)	6.00 – 7.35 (1 час 35 мин)	6.00 -7.40 (1 час 40 мин)	6.00 -7.40 (1 час 40 мин)
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	7.35 – 7.45	7.35 – 7.45	7.40 -7.50	7.40 -7.50
Подготовка к завтраку	7.45-7.55	7.45-7.55	7.50-8.00	7.50-8.00
Завтрак	7.55 – 8.05	7.55 – 8.05	8.00-8.15	8.00-8.15
Утренний круг	8.05-8.15	8.05-8.15	8.15 – 8.20	8.15 – 8.20
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, Подготовка к ООД, второй завтрак	8.15-8.30 8.55-9.40	8.15-8.30 8.55-9.40	8.20-8.50 9.00-9.30 9.45-10.15	8.20-8.50 9.00-9.30 9.45-10.15
Организованная образовательная деятельность(ООД)	8.30-8.55 9.40-10.05	8.30-8.55 9.40-10.05	10.15-10.35	10.15-10.35
Второй завтрак, подготовка к прогулке	10.05-10.25	10.05-10.25	10.35-11.50 (1 час 15 мин)	10.35-11.50 (1 час 15 мин)
Организованная образовательная Деятельность на улице(ООД)	-	-	-	-
Прогулка	10.25-11.40 (1 часа 15 мин)	10.25-11.40 (1 часа 15 мин)	11.50-12.00	11.50-12.00
Возвращение с прогулки, Артикуляционная гимнастика, подготовка к обеду	11.40-11.55	11.40-11.55	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20
Обед	11.55-12.20	11.55-12.20	12.20-12.20	12.20-12.20
Подготовка ко сну, чтение перед сном	12.20-12.30	12.20-12.30	12.30-15.00 (2 часа 30 мин)	12.30-15.00 (2 часа 30 мин)
Дневной сон	12.30 – 14.30 (2 часа 30 мин)	12.30 – 14.30 (2 часа 30 мин)	6.00 -7.40 (1 час 40 мин)	6.00 -7.40 (1 час 40 мин)
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, подготовка к ОД	14.30 – 15.00	14.30 – 15.00	15.00-15.10	15.00-15.10
Организованная образовательная деятельность(ООД)	15.00-15.25	15.00-15.25	15.10-15.50	15.10-15.50
Самостоятельная деятельность	15.25-15.45	15.25-15.45	15.50-16.20	15.50-16.20
Подготовка к полднику. Полдник “уплотненный” с включением блюд ужина	15.45-16.05	15.45-16.05	16.20-16.30	16.20-16.30
Вечерний круг	16.05-16.15	16.05-16.15	16.30-18.00 (1 час.30мин.)	16.30-18.00 (1 час.30мин.)
Игры, чтение художественной литературы, индивидуальная работа, игры, кружки, прогулка, уход детей домой	16.15 - 18.00 (1 час 45 мин)	16.15 - 18.00 (1 час 45 мин)	15.00-15.10	15.00-15.10

Режим дня составлен, руководствуясь Федеральной образовательной программой, Образовательной программой ДОО, с учётом местных условий «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, Сан ПиНа 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений», Сан.ПиНа 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и СанПиНа 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

\*при удовлетворительных погодных условиях прием детей и утренняя гимнастика проводится на улице

\*согласно СанПиНа 2.4.1 3049-13 пункта 11.5 рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа.

Старший воспитатель МБДОУ № 33 \_\_\_\_\_ А.К. Каримова

Старшая медсестра МБДОУ № 33 \_\_\_\_\_ Л.М. Хакимханова