

Принято:
 На педагогическом совете
 протокол № 1 от «28» 08 2025г.

Утверждено:
 Заведующий МБДОУ № 7

приказ № 30 от 02.09.2025г.



Режим дня
 для воспитанников дошкольных групп (3-7 лет)
 МБДОУ «Детский сад приюта и оздоровления для детей с заболеваниями органов дыхания № 7» НМР РТ
 на холодный период 2025 - 2026 учебного года

Режимный момент	Младшая группа (3-4 года)		Средняя группа (4-5 лет)		Разновозрастная группа (4-7 лет)		Старшая группа (5-6 лет)		Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	
	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра	6.00-7.20	1ч 20 мин	6.00-7.35	1ч 35 мин	6.00-7.35	1ч 35 мин	6.00-7.40	1ч 40 мин	6.00-7.45	1ч 45 мин
Утренняя гимнастика	7.20-7.30	10 мин	7.35-7.45	10 мин	7.35-7.45	10 мин	7.40-7.50	10 мин	7.45-7.55	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	7.30-8.00	30 мин	7.45-8.10	25 мин	7.45-8.10	25 мин	7.50-8.10	20 мин	7.55-8.15	20 мин
Утренний круг	8.00-8.20	20 мин	8.10-8.30	20 мин	8.10-8.30	20 мин	8.10-8.30	20 мин	8.15-8.30	15 мин
Свободная деятельность, игры	8.20-8.30	10 мин	-	-	-	-	-	-	-	-
Организованная деятельность, ОД со специалистами	8.30-9.10	40 мин	8.30-9.20	50 мин	8.30-9.40	1ч 10 мин	8.30-9.30	1 ч	8.30-10.20	1 ч 50 мин
Второй завтрак	8.45-8.55	10 мин	8.50-9.00	10 мин	9.00-9.10	10 мин	8.55-9.05	10 мин	9.00-9.10	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка	9.10-11.00	1ч 50 мин	9.20-11.20	2 ч	9.40-11.20	1ч 40 мин	9.30-11.30	2 ч	10.20-11.30	1ч 10 мин
Возвращение с прогулки, свободные игры	11.00-11.30	30 мин	11.20-11.45	25 мин	11.20-11.45	25 мин	11.30-11.50	20 мин	11.30-11.55	25 мин
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.30-12.00	30 мин	11.45-12.15	30 мин	11.45-12.15	30 мин	11.50-12.20	30 мин	11.55-12.25	30 мин
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.00-14.40	2ч 40 мин	12.15-14.45	2ч 30 мин	12.15-14.45	2ч 30 мин	12.20-14.45	2ч 25 мин	12.25-14.45	2ч 20 мин
Постепенный подъем, физкультурно-оздоровительные процедуры	14.40-15.00	20 мин	14.45-15.00	15 мин	14.45-15.00	15 мин	14.45-15.00	15 мин	14.45-15.00	15 мин

Занятия, досуги, свободные игры	15.00-15.35	35 мин	15.00-15.45	45 мин	15.00-15.50	50 мин	15.00-15.55	55 мин
Подготовка к ужину, ужин, дежурство	15.35-16.00	25 мин	15.45-16.10	25 мин	15.50-16.10	20 мин	15.55-16.15	20 мин
Вечерний круг	16.00-16.10	10 мин	16.10-16.20	10 мин	16.10-16.20	10 мин	16.15-16.25	10 мин
Подготовка к прогулке, свободные игры на прогулке, уход детей домой	16.10-18.00	1 ч 50 мин	16.20-18.00	1 ч 40 мин	16.20-18.00	1 ч 40 мин	16.25-18.00	1 ч 35 мин
Продолжительность прогулок*	3 ч 50 мин	4 ч	3 ч 40 мин	4 ч	4 ч	3 ч 10 мин		
Продолжительность дневного сна	2 ч 40 мин		2 ч 30 мин		2 ч 25 мин	2 ч 20 мин		
Самостоятельная деятельность детей	4 ч 20 мин		4 ч 25 мин		4 ч 30 мин	4 ч 15 мин		

* В продолжительность прогулок включается время прихода детей в ДОУ – 30 минут, время основной прогулки - по режиму, время вечерней прогулки – 1 час 30 мин.

Старшая медицинская сестра

А.Р.Шайхутдинова