

Рассмотрено на педсовете № 1

Протокол № 1 от 29.08 2024 г.

Утверждаю:

Заведующий муниципальным бюджетным дошкольным образовательным учреждением «Детский сад общеразвивающего вида №76» НМР РТ

Г.Х.Гиндуллина

Приказ № 165 от 29.08.2024



## РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период 2024-2025 учебного года

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №76» НМР РТ

Старший воспитатель: И.Р. Малыгина Малыгина И.Р.

Старшая медсестра: А.А. Ниязова Ниязова А.А.

## Режим дня по МБДОУ №76 на 2024-2025 учебный год

Режимные моменты	Группы раннего возраста (1-3 года) № 12, 2, 9, 11				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Прием и осмотр, игры	6.00-7.00	6.00-7.00	6.00-7.00	6.00-7.00	6.00-7.00
Утренняя гимнастика	7.00-7.10	7.00-7.10	7.00-7.10	7.00-7.10	7.00-7.10
Подготовка к завтраку	7.10-7.30	7.10-7.30	7.10-7.30	7.10-7.30	7.10-7.30
Завтрак	7.30-7.50	7.30-7.50	7.30-7.50	7.30-7.50	7.30-7.50
<b>Утренний круг</b>	<b>7.50-8.00</b>	<b>7.50-8.00</b>	<b>7.50-8.00</b>	<b>7.50-8.00</b>	<b>7.50-8.00</b>
Игры, самостоятельная деятельность	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20
Подготовка к ООД	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.40 (1) 8.50-9.00 (2)	8.30-8.40 (1) 8.50-9.00 (2)	8.30-8.40 (1) 8.50-9.00 (2)	8.30-8.40 (1) 8.50-9.00 (2)	8.30-8.40 (1) 8.50-9.00 (2)
Второй завтрак	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15
Подготовка к прогулке	9.15-9.40	9.15-9.40	9.15-9.40	9.15-9.40	9.15-9.40
Прогулка	9.40-11.10 (1 ч 30 минут)	9.40-11.10 (1 ч 30 минут)	9.40-11.10 (1 ч 30 минут)	9.40-11.10 (1 ч 30 минут)	9.40-11.10 (1 ч 30 минут)
Подготовка к обеду	11.10-11.30	11.10-11.30	11.10-11.30	11.10-11.30	11.10-11.30
Обед	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50
Подготовка ко сну, сон	11.50-14.50	11.50-14.50	11.50-14.50	11.50-14.50	11.50-14.50
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
Организованная образовательная деятельность	15.00-15.10 (1) 15.20-15.30 (2)	15.00-15.10 (1) 15.20-15.30 (2)	15.00-15.10 (1) 15.20-15.30 (2)	15.00-15.10 (1) 15.20-15.30 (2)	15.00-15.10 (1) 15.20-15.30 (2)
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
<b>Вечерний круг</b>	<b>15.50-16.00</b>	<b>15.50-16.00</b>	<b>15.50-16.00</b>	<b>15.50-16.00</b>	<b>15.50-16.00</b>
Игры, совместная деятельность	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20
Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой	16.20-18.00 (1 ч 40 минут)	16.20-18.00 (1 ч 40 минут)	16.20-18.00 (1 ч 40 минут)	16.20-18.00 (1 ч 40 минут)	16.20-18.00 (1 ч 40 минут)
<b>Прогулка всего</b>	<b>3 ч 10 минут</b>	<b>3 ч 10 минут</b>	<b>3 ч 10 минут</b>	<b>3 ч 10 минут</b>	<b>3 ч 10 минут</b>

**Младшие группы (3-4 года) № №3,7**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Прием и осмотр, игры	6.00-7.15	6.00-7.15	6.00-7.15	6.00-7.15	6.00-7.15
Утренняя гимнастика	7.15-7.25	7.15-7.25	7.15-7.25	7.15-7.25	7.15-7.25
Подготовка к завтраку	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35
Завтрак	7.35-7.55	7.35-7.55	7.35-7.55	7.35-7.55	7.35-7.55
<b>Утренний круг</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>
Игры, самостоятельная деятельность	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20
Подготовка к ООД	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.45 8.55-9.10	8.30-8.45 8.55-9.10	8.30-8.45 8.55-9.10	8.30-8.45 8.55-9.10	8.30-8.45 8.55-9.10
Второй завтрак	8.45-8.55	8.45-8.55	8.45-8.55	8.45-8.55	8.45-8.55
Подготовка к прогулке	9.10-9.20	9.10-9.20	9.10-9.20	9.10-9.20	9.10-9.20
Прогулка	9.20-11.10 (1 ч 50 минут)				
Подготовка к обеду	11.10-11.35	11.10-11.35	11.10-11.35	11.10-11.35	11.10-11.35
Обед	11.35-12.00	11.35-12.00	11.35-12.00	11.35-12.00	11.35-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	14.40-15.35	14.40-15.35	14.40-15.35	14.40-15.35	14.40-15.35
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	15.35-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50
Чтение художественной литературы	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.00-16.10</b>	<b>16.00-16.10</b>	<b>16.00-16.10</b>	<b>16.00-16.10</b>	<b>16.00-16.10</b>
Игры, совместная деятельность	16.10-16.20	16.10-16.20	16.10-16.20	16.10-16.20	16.10-16.20
Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой	16.20-18.00 (1ч 40 минут)				
<b>Прогулка всего</b>	<b>3 ч 30 минут</b>				

<b>Средняя группы (4-5 года) №1</b>					
<b>Режимные моменты</b>	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Прием и осмотр, игры, дежурство	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25
Утренняя гимнастика	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35
Подготовка к завтраку	7.35-7.40	7.35-7.40	7.35-7.40	7.35-7.40	7.35-7.40
Завтрак	7.40-7.55	7.40-7.55	7.40-7.55	7.40-7.55	7.40-7.55
<b>Утренний круг</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>
Игры, самостоятельная деятельность	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20
Подготовка к ОД	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20
Второй завтрак	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Подготовка к прогулке	9.20-9.30	9.20-9.30	9.50-10.00	9.20-9.30	9.20-9.30
Прогулка	9.30-11.20 (1ч 50 минут)	9.30-11.20 (1ч 50 минут)	10.00-11.25 (1ч 25минут)	9.30-11.20 (1ч 50 минут)	9.30-11.20 (1ч 50 минут)
Подготовка к обеду	11.20-11.40	11.20-11.40	11.25-11.40	11.20-11.40	11.20-11.40
Обед	11.40-12.00	11.40-12.00	11.40-12.00	11.40-12.00	11.40-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	14.40-15.30	14.40-15.30	14.40-15.30	14.40-15.30	14.40-15.30
Подготовка к уплотнённому полднику	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Уплотнённый полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Чтение художественной литературы	16.00-16.10	16.00-16.10	16.00-16.10	16.00-16.10	16.00-16.10
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.10-16.25</b>	<b>16.10-16.25</b>	<b>16.10-16.15</b>	<b>16.10-16.25</b>	<b>16.10-16.25</b>
Игры, совместная деятельность	16.25-16.35	16.25-16.35	16.15-16.25	16.25-16.35	16.25-16.35
Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой	16.35-18.00 (1ч 25мин)	16.35-18.00 (1ч 25мин)	16.25-18.00 (1ч 35мин)	16.35-18.00 (1ч 25мин)	16.35-18.00 (1ч 25мин)
<b>Прогулка всего</b>	<b>3 ч 15минут</b>	<b>3 ч 15минут</b>	<b>3 ч 00 минут</b>	<b>3 ч 15минут</b>	<b>3 ч 15минут</b>

<b>Средняя группы (4-5 года) №8</b>					
<b>Режимные моменты</b>	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Прием и осмотр, игры, дежурство	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25
Утренняя гимнастика	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35
Подготовка к завтраку	7.35-7.40	7.35-7.40	7.35-7.40	7.35-7.40	7.35-7.40
Завтрак	7.40-7.55	7.40-7.55	7.40-7.55	7.40-7.55	7.40-7.55
<b>Утренний круг</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>	<b>7.55-8.05</b>
Игры, самостоятельная деятельность	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20
Подготовка к ОД	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 (8.50-9.30 свободная деятельность) 9.30-9.50	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20
Второй завтрак	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Подготовка к прогулке	9.20-9.30	9.50-10.00	9.20-9.30	9.20-9.30	9.20-9.30
Прогулка	9.30-11.20 (1ч 50 минут)	10.00-11.15 (1ч 25 минут)	9.30-11.20 (1ч 50 минут)	9.30-11.20 (1ч 50 минут)	9.30-11.20 (1ч 50 минут)
Подготовка к обеду	11.20-11.40	11.15-11.40	11.20-11.40	11.20-11.40	11.20-11.40
Обед	11.40-12.00	11.40-12.00	11.40-12.00	11.40-12.00	11.40-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	14.40-15.30	14.40-15.30	14.40-15.30	14.40-15.30	14.40-15.30
Подготовка к уплотнённому полднику	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Уплотнённый полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Чтение художественной литературы	16.00-16.10	16.00-16.10	16.00-16.10	16.00-16.10	16.00-16.10
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.10-16.25</b>	<b>16.10-16.15</b>	<b>16.10-16.25</b>	<b>16.10-16.25</b>	<b>16.10-16.25</b>
Игры, совместная деятельность	16.25-16.35	16.15-16.25	16.25-16.35	16.25-16.35	16.25-16.35
Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой	16.35-18.00 (1ч 25мин)	16.25-18.00 (1ч 35 мин)	16.35-18.00 (1ч 25мин)	16.35-18.00 (1ч 25мин)	16.35-18.00 (1ч 25мин)
<b>Прогулка всего</b>	<b>3 ч 15 минут</b>	<b>3 ч 00 минут</b>	<b>3 ч 15 минут</b>	<b>3 ч 15 минут</b>	<b>3 ч 15 минут</b>

<b>Старшая группа (5-6 года) №4</b>					
<b>Режимные моменты</b>	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Прием и осмотр, игры, дежурство	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25
Утренняя гимнастика	7.25-7.35 (10мин)	7.25-7.35 (10мин)	7.25-7.35 (10мин)	7.25-7.35 (10мин)	7.25-7.35 (10мин)
Подготовка к завтраку	7.35-7.45	7.35-7.45	7.35-7.45	7.35-7.45	7.35-7.45
Завтрак	7.45-8.00	7.45-8.00	7.45-8.00	7.45-8.00	7.45-8.00
<b>Утренний круг</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>
Игры, самостоятельная деятельность	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к ОД	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.55 (8.55-9.30 свободная деятельность)	8.30-8.55 9.05-9.30 (9.30-9.50 свободная деятельность)	8.30-8.55 (8.55-9.50 свободная деятельность)	8.30-8.55 (8.55-9.30 свободная деятельность)	8.30-8.55 (8.55-9.30 свободная деятельность)
	9.30-9.55			9.30-9.55	9.30-9.55
Второй завтрак	8.55-9.05	8.55-9.05	8.55-9.05	8.55-9.05	8.55-9.05
Подготовка к прогулке	9.55-10.00	9.50-10.00	9.50-10.00	9.55-10.00	9.55-10.00
Прогулка	10.00-11.25 (1ч 25 минут)	10.00-11.25 (1ч 25 минут)	10.00-11.25 (1ч 25 минут)	10.00-11.25 (1ч 25 минут)	10.00-11.25 (1ч 25 минут)
Подготовка к обеду	11.25-11.45	11.25-11.45	11.25-11.45	11.25-11.45	11.25-11.45
Обед	11.45-12.05	11.45-12.05	11.45-12.05	11.45-12.05	11.45-12.05
Подготовка ко сну, дневной сон	12.05-14.35	12.05-14.35	12.05-14.35	12.05-14.35	12.05-14.35
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.35-14.45	14.35-14.45	14.35-14.45	14.35-14.45	14.35-14.45
Самостоятельная деятельность детей	14.45-15.00	14.45-15.00	14.45-15.00	14.45-15.00	14.45-15.00
Организованная образовательная деятельность	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Чтение художественной литературы	15.25-15.35	15.25-15.35	15.25-15.35	15.25-15.35	15.25-15.35
Подготовка к уплотнённому полднику	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45
Уплотнённый полдник	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.00-16.10</b>	<b>16.00-16.10</b>	<b>16.00-16.10</b>	<b>16.00-16.10</b>	<b>16.00-16.10</b>
Игры, совместная деятельность	16.10-16.25	16.10-16.25	16.10-16.25	16.10-16.25	16.10-16.25
Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой	16.25-18.00 (1 ч 35 минут)	16.25-18.00 (1 ч 35 минут)	16.25-18.00 (1 ч 35 минут)	16.25-18.00 (1 ч 35 минут)	16.25-18.00 (1 ч 35 минут)
<b>Прогулка всего</b>	<b>3 ч 10 минут</b>	<b>3 ч 10 минут</b>	<b>3 ч 10 минут</b>	<b>3 ч 10 минут</b>	<b>3 ч 10 минут</b>

<b>Старшая группа (5-6 года) №5</b>					
<b>Режимные моменты</b>	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Прием и осмотр, игры, дежурство	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25
Утренняя гимнастика	7.25-7.35 (10мин)	7.25-7.35 (10мин)	7.25-7.35 (10мин)	7.25-7.35 (10мин)	7.25-7.35 (10мин)
Подготовка к завтраку	7.35-7.45	7.35-7.45	7.35-7.45	7.35-7.45	7.35-7.45
Завтрак	7.45-8.00	7.45-8.00	7.45-8.00	7.45-8.00	7.45-8.00
<b>Утренний круг</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>
Игры, самостоятельная деятельность	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	
Подготовка к ОД	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	9.20-9.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.55 (8.55-9.30 свободная деятельность) 9.30-9.55	8.30-8.55 (8.55-9.55 прогулка) 10.00-10.30 (10.30-11.25 свободная деятельность)	8.30-8.55 9.05-9.30 (9.30-9.50 свободная деятельность)	8.30-8.55 9.05-9.30 (9.30-9.50 свободная деятельность)	(8.15-9.20 прогулка) 9.30-9.55 10.05-10.30 (10.30-11.25 свободная деятельность)
Второй завтрак	8.55-9.05	8.55-9.05	8.55-9.05	8.55-9.05	8.55-9.05
Подготовка к прогулке	9.55-10.00	8.55-9.00	9.50-10.00	9.50-10.00	8.10-8.15
Прогулка	10.00-11.25 (1ч 25 минут)	9.00-9.55 (55 минут)	10.00-11.25 (1ч 25 минут)	10.00-11.25 (1ч 25 минут)	8.15-9.20 (1ч 05 минут)
Подготовка к обеду	11.25-11.45	11.00-11.45	11.25-11.45	11.25-11.45	11.25-11.45
Обед	11.45-12.05	11.45-12.05	11.45-12.05	11.45-12.05	11.45-12.05
Подготовка ко сну, дневной сон	12.05-14.35	12.05-14.35	12.05-14.35	12.05-14.35	12.05-14.35
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.35-14.45	14.35-14.45	14.35-14.45	14.35-14.45	14.35-14.45
Самостоятельная деятельность детей	14.45-15.00	14.45-15.00	14.45-15.00	14.45-15.00	14.45-15.00
Организованная образовательная деятельность	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Чтение художественной литературы	15.25-15.35	15.25-15.35	15.25-15.35	15.25-15.35	15.25-15.35
Подготовка к уплотнённому полднику	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45
Уплотнённый полдник	15.45-15.55	15.45-15.55	15.45-15.55	15.45-15.55	15.45-15.55
<b>Вечерний круг</b>	<b>15.55-16.00</b>	<b>15.55-16.00</b>	<b>15.55-16.00</b>	<b>15.55-16.00</b>	<b>15.55-16.00</b>
Игры, совместная деятельность	16.00-16.25	16.00-16.05	16.00-16.25	16.00-16.25	16.00-16.15
Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой	16.25-18.00 (1 ч 35 минут)	16.05-18.00 (1 ч 55 минут)	16.25-18.00 (1 ч 35 минут)	16.25-18.00 (1 ч 35 минут)	16.15-18.00 (1 ч 45 минут)

<b>Прогулка всего</b>	3 ч 10 минут	3 ч 00 минут	3 ч 10 минут	3 ч 10 минут	3 ч 00 минут
<b>Подготовительная к школе группа (6-7 года) №6</b>					
<b>Режимные моменты</b>	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Прием и осмотр, игры, дежурство	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30
Утренняя гимнастика	7.30-7.40 (10мин)	7.30-7.40 (10мин)	7.30-7.40 (10мин)	7.30-7.40 (10мин)	7.30-7.40 (10мин)
Подготовка к завтраку	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50
Завтрак	7.50-8.00	7.50-8.00	7.50-8.00	7.50-8.00	7.50-8.00
<b>Утренний круг</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>
Игры, самостоятельная деятельность	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к ООД	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-9.00 9.10-9.40 10.00-10.30	8.30-9.00 9.10-9.40 9.50-10.20	8.30-9.00 9.10-9.40 10.00-10.30	8.30-9.00 9.10-9.40	8.30-9.00 9.10-9.40 (9.40-10.05 свободная деятельность)
Второй завтрак	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10
Подготовка к прогулке	10.30-10.35	10.20-10.25	10.30-10.35	10.05-10.15	10.05-10.15
Прогулка	10.35-11.35 (1 ч 00 минут)	10.25-11.30 (1 ч 05 минут)	10.35-11.35 (1 ч 00 минут)	10.15-11.30 (1 ч 15 минут)	10.15-11.30 (1 ч 15 минут)
Подготовка к обеду	11.35-11.50	11.30-11.50	11.35-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50
Обед	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10
Подготовка ко сну, водные процедуры, дневной сон	12.10-14.40	12.10-14.40	12.10-14.40	12.10-14.40	12.10-14.40
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.40-14.50	14.40-14.50	14.40-14.50	14.40-14.50	14.40-14.50
Самостоятельная деятельность	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
Организованная образовательная деятельность	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Чтение художественной литературы	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к уплотнённому полднику	15.40-15.50	15.40-15.50	15.40-15.50	15.40-15.50	15.40-15.50
Уплотнённый полдник	15.50-16.05	15.50-16.05	15.50-16.05	15.50-16.05	15.50-16.05
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.05-16.10</b>	<b>16.05-16.15</b>	<b>16.05-16.10</b>	<b>16.05-16.10</b>	<b>16.05-16.10</b>
Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой	16.10-18.00 (1 ч 50 минут)	16.15-18.00 (1 ч 45 минут)	16.10-18.00 (1 ч 50 минут)	16.10-18.00 (1 ч 45 минут)	16.10-18.00 (1 ч 45 минут)
<b>Прогулка всего</b>	<b>(3 ч 00 минут)</b>	<b>(3 ч 00 минут)</b>	<b>(3 ч 00 минут)</b>	<b>(3 ч 10 минут)</b>	<b>(3 ч 10 минут)</b>

<b>Подготовительная к школе группа (6-7 года) №10</b>					
<b>Режимные моменты</b>	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Прием и осмотр, игры, дежурство	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30
Утренняя гимнастика	7.30-7.40 (10мин)	7.30-7.40 (10мин)	7.30-7.40 (10мин)	7.30-7.40 (10мин)	7.30-7.40 (10мин)
Подготовка к завтраку	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50
Завтрак	7.50-8.00	7.50-8.00	7.50-8.00	7.50-8.00	7.50-8.00
<b>Утренний круг</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>	<b>8.00-8.10</b>
Игры, самостоятельная деятельность	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к ООД	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-9.00 9.10-9.40 10.05-10.35	8.30-9.00 9.10-9.40 (9.40-10.00 свободная деятельность)	8.30-9.00 9.10-9.40 9.50-10.20	8.30-9.00 9.10-9.40 9.50-10.20	8.30-9.00 (9.00-10.05 свободная деятельность) 10.05-10.35
Второй завтрак	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10
Подготовка к прогулке	10.35-10.40	10.00-10.15	10.20-10.30	10.20-10.30	10.35-10.40
Прогулка	10.40-11.40 (1 ч 00 минут)	10.15-11.30 (1 ч 15 минут)	10.30-11.30 (1 ч 00 минут)	10.30-11.30 (1 ч 00 минут)	10.40-11.40 (1 ч 00 минут)
Подготовка к обеду	11.40-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50	11.40-11.50
Обед	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10
Подготовка ко сну, водные процедуры, дневной сон	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40
Самостоятельная деятельность	14.40-15.00	14.40-15.00	14.40-15.00	14.40-15.00	14.40-15.00
Организованная образовательная деятельность	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Чтение художественной литературы	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к уплотнённому полднику	15.40-15.50	15.40-15.50	15.40-15.50	15.40-15.50	15.40-15.50
Уплотнённый полдник	15.50-16.05	15.50-16.05	15.50-16.05	15.50-16.05	15.50-16.05
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.05-16.10</b>	<b>16.05-16.15</b>	<b>16.05-16.10</b>	<b>16.05-16.10</b>	<b>16.05-16.10</b>
Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой	16.10-18.00 (1 ч 50 минут)	16.15-18.00 (1 ч 45 минут)	16.10-18.00 (1 ч 50 минут)	16.10-18.00 (1 ч 50 минут)	16.10-18.00 (1 ч 50 минут)
<b>Прогулка всего</b>	<b>(3 ч 00 минут)</b>	<b>(3 ч 10 минут)</b>	<b>(3 ч 00 минут)</b>	<b>(3 ч 00 минут)</b>	<b>(3 ч 00 минут)</b>

### Пояснительная записка

**При составлении режима дня руководствовалось:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Инструктивно-методическое письмо № 65/23-16 от 04.03.2000г. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».

	Группа раннего возраста №2,9,11,12	Младшая группа №3,7	Средняя группа № 1,8	Старшая группа № 4,5	Подготовительная к школе группа №6,10
Количество занятий	10	10	10	13	14
Продолжительность занятий по Сан ПИН	Не более 10мин	Не более 15 мин	Не более 20 мин	Не более 25 мин	Не более 30 мин
Фактическая длительность 1 ООД по сетке (в минутах)	До обеда 10 мин	1 – 15 мин	1 – 20 мин	1- 25 мин	1-30 мин
	после обеда 10минут	2 – 15 мин	2 – 20 мин	2-25 мин	2-30 мин
					3-30 мин
Перерыв между занятиями	10 минут	10 минут	10 минут	10 минут	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	2-х минут	2-х минут	2-х минут	2-х минут	2-х минут
Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня (в минутах)	10 мин	30 мин.	40 мин.	50 мин	90 мин
Фактический объем образовательной нагрузки во вторую половину дня может осуществляться (в минутах)	10 мин	-	-	25 мин	30 мин
Продолжительность прогулки по Сан ПИН	3-4 часа	3-4 часа	3-4 часа	3-4 часа	3-4 часа
<b>Продолжительность прогулки по режиму (фактически), из них:</b>	3 часа 50 минут	3 часа 50 мин	3 часа 50 мин	3 часа 45 мин	3 часа 45 минут
Дневная прогулка	2 ч 10 мин	2часа 10 мин	2 часа 25мин	2 часа 10 мин	2 час 10 минут
Вечерняя прогулка	1 ч 40 минут	1 час 40 мин	1 ч 25 минут	1 час 35 мин	1час 35 минут
Гимнастика на улице				10 мин	10 мин

Продолжительность дневного сна	3 часа	2 часа 30 мин			
--------------------------------	--------	---------------	---------------	---------------	---------------