

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
первая группа раннего возраста №2

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт., Пт.
		Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.15
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.20 (в группе)
3.	Организованные игры. Утренний круг	07.20-07.40
4.	Подготовка к завтраку	07.40-07.50
5.	Завтрак	07.50-08.05
6.	Подготовка к ОД	08.05-08.10
7.	<i>Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)</i>	08.10-08.20 08.30-08.40
8.	Самостоятельная деятельность	08.40-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15
10.	Второй завтрак	09.15-09.25
11.	Подготовка к прогулке	09.25-09.35
12.	Прогулка	09.35-11.00 (1.25*)
13.	Возвращение с прогулки	11.00-11.05
14.	Подготовка к обеду	11.05-11.10
15.	Обед	11.10-11.30
16.	Подготовка ко сну	11.30-11.40
17.	Дневной сон	11.40-14.40
18.	Воздушно-водные процедуры	14.40-14.50
19.	<i>Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)</i>	14.50-15.00 15.10-15.20
20.	Вечерний круг	15.20-15.25
21.	Подготовка к полднику	15.25-15.30
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.30-15.45
23.	Подготовка к прогулке	15.45-15.55
24.	Прогулка	15.55-16.45 (50мин.)
25.	Возвращение с прогулки	16.45-16.50
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.50-18.00
		Прогулка 2.20**

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПина 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДООУ». СанПина 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». 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.

Старший воспитатель Сам Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра М Мясникова Е.В.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
вторая группа раннего возраста №4

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт., Пт.
		Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.15
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.20 (в группе)
3.	Организованные игры. Утренний круг	07.20-07.40
4.	Подготовка к завтраку	07.40-07.50
5.	Завтрак	07.50-08.05
6.	Подготовка к ОД	08.05-08.10
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.10-08.20 08.30-08.40
8.	Самостоятельная деятельность	08.40-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15
10.	Второй завтрак	09.15-09.25
11.	Подготовка к прогулке	09.25-09.35
12.	Прогулка	09.35-11.00 (1.25*)
13.	Возвращение с прогулки	11.00-11.05
14.	Подготовка к обеду	11.05-11.10
15.	Обед	11.10-11.30
16.	Подготовка ко сну	11.30-11.40
17.	Дневной сон	11.40-14.40
18.	Воздушно-водные процедуры	14.40-14.50
19.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	14.50-15.00 15.10-15.20
20.	Вечерний круг	15.20-15.25
21.	Подготовка к полднику	15.25-15.30
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.30-15.45
23.	Подготовка к прогулке	15.45-15.55
24.	Прогулка	15.55-16.45 (50мин.)
25.	Возвращение с прогулки	16.45-16.50
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.50-18.00
		Прогулка 2.20**

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиНА 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДООУ». СанПиНА 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». 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.

Старший воспитатель Самодина Самодина Р.Х.
Старшая медицинская сестра Мясникова Мясникова Е.В.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
вторая группа раннего возраста №5

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт., Пт.
		Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.15
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.20 (в группе)
3.	Организованные игры. Утренний круг	07.20-07.40
4.	Подготовка к завтраку	07.40-07.50
5.	Завтрак	07.50-08.05
6.	Подготовка к ОД	08.05-08.10
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.10-08.20 08.30-08.40
8.	Самостоятельная деятельность	08.40-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15
10.	Второй завтрак	09.15-09.25
11.	Подготовка к прогулке	09.25-09.35
12.	Прогулка	09.35-11.00 (1.25*)
13.	Возвращение с прогулки	11.00-11.05
14.	Подготовка к обеду	11.05-11.10
15.	Обед	11.10-11.30
16.	Подготовка ко сну	11.30-11.40
17.	Дневной сон	11.40-14.40
18.	Воздушно-водные процедуры	14.40-14.50
19.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	14.50-15.00 15.10-15.20
20.	Вечерний круг	15.20-15.25
21.	Подготовка к полднику	15.25-15.30
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.30-15.45
23.	Подготовка к прогулке	15.45-15.55
24.	Прогулка	15.55-16.45 (50мин.)
25.	Возвращение с прогулки	16.45-16.50
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.50-18.00
		Прогулка 2.20**

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДОО». СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». СанПиН 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.

Старший воспитатель Сам Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра М Мясникова Е.В.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
двухвозрастная группа №8

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт., Пт.
		Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.15
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.20 (в группе)
3.	Организованные игры. Утренний круг	07.20-07.40
4.	Подготовка к завтраку	07.40-07.50
5.	Завтрак	07.50-08.05
6.	Подготовка к ОД	08.05-08.10
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.10-08.20 08.30-08.40
8.	Самостоятельная деятельность	08.40-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15
10.	Второй завтрак	09.15-09.25
11.	Подготовка к прогулке	09.25-09.35
12.	Прогулка	09.35-11.00 (1.25*)
13.	Возвращение с прогулки	11.00-11.05
14.	Подготовка к обеду	11.05-11.10
15.	Обед	11.10-11.30
16.	Подготовка ко сну	11.30-11.40
17.	Дневной сон	11.40-14.40
18.	Воздушно-водные процедуры	14.40-14.50
19.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	14.50-15.00 15.10-15.20
20.	Вечерний круг	15.20-15.25
21.	Подготовка к полднику	15.25-15.30
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.30-15.45
23.	Подготовка к прогулке	15.45-15.55
24.	Прогулка	15.55-16.45 (50мин.)
25.	Возвращение с прогулки	16.45-16.50
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.50-18.00
		Прогулка 2.20**

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДОО». СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». СанПиН 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.

Старший воспитатель Самф Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра МЯ Мясникова Е.В.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
двухвозрастная группа №10

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт., Пт.
		Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.15
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.20 (в группе)
3.	Организованные игры. Утренний круг	07.20-07.40
4.	Подготовка к завтраку	07.40-07.50
5.	Завтрак	07.50-08.05
6.	Подготовка к ОД	08.05-08.10
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.10-08.20 08.30-08.40
8.	Самостоятельная деятельность	08.40-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15
10.	Второй завтрак	09.15-09.25
11.	Подготовка к прогулке	09.25-09.35
12.	Прогулка	09.35-11.00 (1.25*)
13.	Возвращение с прогулки	11.00-11.05
14.	Подготовка к обеду	11.05-11.10
15.	Обед	11.10-11.30
16.	Подготовка ко сну	11.30-11.40
17.	Дневной сон	11.40-14.40
18.	Воздушно-водные процедуры	14.40-14.50
19.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	14.50-15.00 15.10-15.20
20.	Вечерний круг	15.20-15.25
21.	Подготовка к полднику	15.25-15.30
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.30-15.45
23.	Подготовка к прогулке	15.45-15.55
24.	Прогулка	15.55-16.45 (50мин.)
25.	Возвращение с прогулки	16.45-16.50
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.50-18.00
		Прогулка 2.20**

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДООУ». СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». СанПиН 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.

Старший воспитатель Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра Мясникова Е.В.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ
С.Б. Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
младшая группа № 11

№ п/п	Режимные моменты	Вт., Чт., Пт.	Пн., Ср.
		Временной промежуток	Временной промежуток
1	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.15	
2	Утренняя гимнастика	07.15-07.25	
3	Организованные игры. Утренний круг	07.25-07.40	
4	Подготовка к завтраку	07.40-07.50	
5	Завтрак	07.50-08.05	
6	Подготовка к ОД	08.05-08.10	
7	<i>Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)</i>	08.10-08.25	08.10-08.25
		08.35-08.50	08.50-09.05
		09.00-09.15	08.30-08.45
		(конструирование)	08.55-09.10
8	Самостоятельная деятельность	09.15-09.20	
9	Подготовка ко второму завтраку	09.20-09.25	
10	Второй завтрак	09.25-09.35	
11	Подготовка к прогулке	09.35-09.40	
12	Прогулка	09.40-11.05 (1.25*)	
13	Возвращение с прогулки	11.05-11.10	
14	Подготовка к обеду	11.10-11.15	
15	Обед	11.15-11.35	
16	Подготовка ко сну	11.35-11.45	
17	Дневной сон	11.45-14.45	
18	Воздушно-водные процедуры	14.45-14.55	
19	Самостоятельная деятельность	14.55-15.25	
20	Подготовка к полднику	15.25-15.30	
21	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.30-15.45	
22	Вечерний круг	15.40-15.50	
23	Подготовка к прогулке	15.50-15.55	
24	Прогулка	15.55-17.10 (1.15*)	
25	Возвращение с прогулки	17.10-17.20	
26	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.20-18.00	
		Прогулка 2.40**	

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиНа 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДООУ». СанПиНа 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». 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.

Старший воспитатель Сам Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра ЕВ Мясникова Е.В.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
средняя группа № 1

№ п/п	Режимные моменты	Пн.	Чт.	Вт., Ср., Пт.
Временной промежуток				
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.20		
2.	Утренняя гимнастика	07.25-07.35		
3.	Утренний круг	07.35-07.45		
4.	Подготовка к завтраку	07.45-07.50		
5.	Завтрак	07.50-08.05		
6.	Подготовка к ОД	08.05-08.10		
7.	<i>Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)</i>	08.10-08.30 09.10-09.30	08.10-08.30 09.00-09.20	08.10-08.30 08.40-09.00 09.10-09.30 09.40-10.00 (конструирование)
8.	Самостоятельная деятельность детей	09.30-09.35		
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.35-09.40		
10.	Второй завтрак	09.40-09.50		
11.	Подготовка к прогулке	09.50-09.55		
12.	Прогулка	09.55-11.10 (1.15*)		
13.	Возвращение с прогулки	11.10-11.15		
14.	Подготовка к обеду	11.15-11.20		
15.	Обед	11.20-11.40		
16.	Подготовка ко сну	11.40-11.45		
17.	Дневной сон	11.45-14.45		
18.	Воздушно-водные процедуры	14.45-14.55		
19.	Самостоятельная деятельность	14.55-15.25		
20.	Вечерний круг	15.25-15.35		
21.	Подготовка к полднику	15.35-15.40		
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.40-15.55		
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.00		
24.	Прогулка	16.00-17.15(1.15*)		
25.	Возвращение с прогулки	17.15-17.20		
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.20-18.00		
		Прогулка 2.30**		

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДОО». СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». СанПиН 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.

Старший воспитатель Сам Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра М Мясникова Е.В.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
средняя группа № 7

№ п/п	Режимные моменты	Временной промежуток		
		Пн., Ср., Пт.	Вт.	Чт.
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.20		
2.	Утренняя гимнастика	07.25-07.35		
3.	Утренний круг	07.35-07.45		
4.	Подготовка к завтраку	07.45-07.50		
5.	Завтрак	07.50-08.05		
6.	Подготовка к ОД	08.05-08.10		
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.10-08.30 08.40-09.00 09.10-09.30 (конструирование)	08.30-08.50 09.10-09.30 09.40-10.00	08.30-08.50 09.00-09.20
8.	Самостоятельная деятельность детей	09.30-09.35		
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.35-09.40		
10.	Второй завтрак	09.40-09.50		
11.	Подготовка к прогулке	09.50-09.55		
12.	Прогулка	09.55-11.10 (1.15*)		
13.	Возвращение с прогулки	11.10-11.15		
14.	Подготовка к обеду	11.15-11.20		
15.	Обед	11.20-11.40		
16.	Подготовка ко сну	11.40-11.45		
17.	Дневной сон	11.45-14.45		
18.	Воздушно-водные процедуры	14.45-14.55		
19.	Самостоятельная деятельность	14.55-15.25		
20.	Вечерний круг	15.25-15.35		
21.	Подготовка к полднику	15.35-15.40		
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.40-15.55		
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.00		
24.	Прогулка	16.00-17.15(1.15*)		
25.	Возвращение с прогулки	17.15-17.20		
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.20-18.00		
		Прогулка 2.30**		

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиНа 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДООУ». СанПиНа 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». 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.

Старший воспитатель Сам Самдарава Р.Х.
Старшая медицинская сестра М Мясникова Е.В.

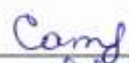
«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ  С.Б.Симачкова
« 21 » 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
старшая группа № 3

№ п/п	Режимные моменты	Пн. Вт., Ср. Чт., Пт.			
		Временной промежуток			
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-06.50			
2.	Подготовка к прогулке	06.50-07.00			
3.	Прогулка (Утренняя гимнастика)	07.00-07.45 (45 мин.) (07.35-07.45)			
4.	Возвращение с прогулки	07.45-07.50			
5.	Подготовка к завтраку	07.50-07.55			
6.	Завтрак	07.55-08.10			
7.	Утренний круг	08.10-08.20			
8.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	08.20-08.45 09.40-10.05	08.20-08.45 08.55-09.20 09.30-09.55	08.20-08.45 09.20-08.45 09.55-10.20	08.30-08.55 09.05-09.30
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.55-10.00			
10.	Второй завтрак	09.45-09.55			
11.	Подготовка к прогулке	09.55-10.00			
12.	Прогулка	10.00-11.15 (1.15*)			
13.	Возвращение с прогулки	11.15-11.20			
14.	Подготовка к обеду	11.20-11.25			
15.	Обед	11.25-11.45			
16.	Подготовка ко сну	11.45-11.50			
17.	Дневной сон	11.50-14.45			
18.	Воздушно-водные процедуры	14.45-14.55			
19.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	-	16.15-16.40	-	15.05-15.30
20.	Самостоятельная деятельность	14.55-15.30			-
21.	Вечерний круг	15.30-15.45			
22.	Подготовка к полднику	15.45-15.50			
23.	Полдник «уплотненный» с включением блюда ужина	15.50-16.05			
24.	Подготовка к прогулке	16.05-16.10			
25.	Прогулка	16.10-17.10 (1.10*)			
26.	Возвращение с прогулки	17.10-17.15			
27.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.15-18.00			
		Прогулка 3.10**			

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДОО». СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». СанПиН 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.

Старший воспитатель  Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра  Мясникова Е.В.

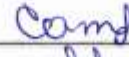
«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ  С.Б.Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
старшая группа № 12

№ п/п	Режимные моменты	Пн.	Вт., Ср.	Чт.,	Пт.
		Временной промежуток			
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-06.50			
2.	Подготовка к прогулке	06.50-07.00			
3.	Прогулка (Утренняя гимнастика)	07.00-07.45 (45 мин.) (07.35-07.45)			
4.	Возвращение с прогулки	07.45-07.50			
5.	Подготовка к завтраку	07.50-07.55			
6.	Завтрак	07.55-08.10			
7.	Утренний круг	08.10-08.20			
8.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	08.25-08.50 09.15-09.40 09.50-10.15	08.25-08.50 09.00-09.25	08.10-08.35 08.45-09.10 09.30-09.55 10.05-10.30	08.25-08.50 09.45-10.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.55-10.00			
10.	Второй завтрак	09.45-09.55			
11.	Подготовка к прогулке	09.55-10.00			
12.	Прогулка	10.00-11.15 (1.15*)			
13.	Возвращение с прогулки	11.15-11.20			
14.	Подготовка к обеду	11.20-11.25			
15.	Обед	11.25-11.45			
16.	Подготовка ко сну	11.45-11.50			
17.	Дневной сон	11.50-14.45			
18.	Воздушно-водные процедуры	14.45-14.55			
19.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	-	15.05-15.30	-	-
20.	Самостоятельная деятельность	14.55-15.30			-
21.	Вечерний круг	15.30-15.45			
22.	Подготовка к полднику	15.45-15.50			
23.	Полдник «уплотненный» с включением блюда ужина	15.50-16.05			
24.	Подготовка к прогулке	16.05-16.10			
25.	Прогулка	16.10-17.10 (1.10*)			
26.	Возвращение с прогулки	17.10-17.15			
27.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.15-18.00			
		Прогулка 3.10**			

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДОО». СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». СанПиН 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.

Старший воспитатель  Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра  Мясникова Е.В.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
подготовительная к школе группа № 6

№ п/п	Режимные моменты	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
		Временной промежуток				
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-06.35				
2.	Подготовка к прогулке	06.35-06.45				
3.	Прогулка (Утренняя гимнастика)	06.45-07.50 (1.05*) (07.40-07.50)				
4.	Возвращение с прогулки	07.50-07.55				
5.	Подготовка к завтраку	07.55-08.00				
6.	Завтрак	08.00-08.15				
7.	Утренний круг	08.15-08.25				
8.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	08.30-09.00 09.10-09.40 10.15-10.45	08.30-09.00 09.10-09.40 10.10-10.40 10.50-11.20	08.30-09.00 09.30-10.00 10.15-10.45	08.30-09.00 09.10-09.40 09.50-10.20	08.30-09.00 09.45-10.15 10.25-10.55
9.	Второй завтрак	09.50-10.00				
10.	Подготовка к прогулке	10.20-10.25				
11.	Прогулка	10.25-11.20 (55 мин.)				
12.	Возвращение с прогулки	11.20-11.25				
13.	Подготовка к обеду	11.25-11.30				
14.	Обед	11.30-11.50				
15.	Подготовка ко сну	11.50-11.55				
16.	Дневной сон	11.55-14.45				
17.	Воздушно-водные процедуры	14.45-14.55				
18.	Самостоятельная деятельность	14.55-15.35				
19.	Вечерний круг	15.35-15.50				
20.	Подготовка к полднику	15.50-15.55				
21.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.55-16.10				
22.	Подготовка к прогулке	16.10-16.15				
23.	Прогулка	16.15-17.25 (1.10*)				
24.	Возвращение с прогулки	17.25-17.30				
25.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.30-18.00				
		Прогулка 3.10 **				

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПина 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДООУ». СанПина 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». 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.

Старший воспитатель Сам Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра М Мясникова Е.В.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
«21» 08 2025 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2025-2026 учебного года
подготовительная к школе группа № 9

№ п/п	Режимные моменты	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
		Временной промежуток				
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-06.35				
2.	Подготовка к прогулке	06.35-06.45				
3.	Прогулка (Утренняя гимнастика)	06.45-07.50 (1.05*) (07.40-07.50)				
4.	Возвращение с прогулки	07.50-07.55				
5.	Подготовка к завтраку	07.55-08.00				
6.	Завтрак	08.00-08.15				
7.	Утренний круг	08.15-08.25				
8.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	08.30-09.00 09.10-09.40 09.50-10.20	08.30-09.00 09.40-10.10 10.20-10.50	08.15-08.45 08.55-09.25 09.35-10.05	08.30-09.00 09.10-09.40 11.10-11.40	08.15-08.45 09.05-09.35 10.20-10.50
9.	Второй завтрак	09.50-10.00				
10.	Подготовка к прогулке	10.20-10.25				
11.	Прогулка	10.25-11.20 (55 мин.)				
12.	Возвращение с прогулки	11.20-11.25				
13.	Подготовка к обеду	11.25-11.30				
14.	Обед	11.30-11.50				
15.	Подготовка ко сну	11.50-11.55				
16.	Дневной сон	11.55-14.45				
17.	Воздушно-водные процедуры	14.45-14.55				
18.	Самостоятельная деятельность	14.55-15.35				
19.	Вечерний круг	15.35-15.50				
20.	Подготовка к полднику	15.50-15.55				
21.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.55-16.10				
22.	Подготовка к прогулке	16.10-16.15				
23.	Прогулка	16.15-17.25 (1.10*)				
24.	Возвращение с прогулки	17.25-17.30				
25.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.30-18.00				
		Прогулка 3.10 **				

Режим дня составлен, руководствуясь ФОП, Образовательной программой ДОО, с учетом местных условий «Инструктивно – методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» Министерства Образования РФ от 14.03.2000г. №65/23-16. СанПиНа 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДОУ». СанПиНа 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». 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.

Старший воспитатель Самф Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра МЯ Мясникова Е.В.