



**СОГЛАСОВАНО:**

Старшая медицинская сестра  
МБДОУ «Детский сад  
комбинированного вида №29» НМР РТ

  
Овчинникова Н. Н.  
« 29 » 08 20 22 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий МБДОУ «Детский сад комби-  
нированного вида №29» НМР РТ

  
Коротаева О.Н.  
Введено в действие на основании приказа  
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»  
2022 г.

Нижнекамского  
района  
Республики Татарстан  
Местным Советом

Паспорт № 178201511

от « 29 » 08 20 22 г.

**Режим дня для детей с 12-ти часовым пребыванием  
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 29» МР РТ  
на холодный период 2022 – 2023 учебный год**

### Пояснительная записка к режиму дня

Режим дня разработан на основе Образовательной программы МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29» НМР РТ и требований инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н. Е., Вераксы, Т. С., Комаровой, Э. М., Дорофеевой Мозаика-Синтез Москва, 2020 г. с учетом местных условий, «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы» 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2022.

Согласно санитарным правилам СП 1.2.3685-21 обязательная минимальная прогулка 3 часа. Продолжительность прогулок определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий.

При удовлетворительных погодных условиях прием детей и утренняя гимнастика проводится на улице.

Старший воспитатель МБДОУ №29:



Лихачева Е. М.

Группы раннего возраста

Режимные моменты	I группа раннего возраста №1 (1-2 лет)				
	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием детей. Прогулка. Термометрия, свободная игра.	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
<b>Подготовка к завтраку, завтрак.</b>	<b>7.25-7.45</b>	<b>7.25-7.45</b>	<b>7.25-7.45</b>	<b>7.25-7.45</b>	<b>7.25-7.45</b>
Утренний круг, подготовка к ООД, игры, самостоятельная деятельность.	7.45-8.20 8.50-9.00	7.45-8.15 8.25-9.00	7.45-8.20 8.50-9.00	7.45-8.20 8.50-9.00	7.45-8.20 8.25-9.00
Совместная организованная образовательная деятельность (ООД)	8.20-8.30 8.40-8.50	8.15-8.25	8.20-8.30 8.40-8.50	8.20-8.30 8.40-8.50	8.15-8.25
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, прогулка	9.10-11.05	9.10-11.05	9.10-11.05	9.10-11.05	9.10-11.05
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, дежурство, игры.	11.05-11.25	11.05-11.25	11.05-11.25	11.05-11.25	11.05-11.25
<b>Обед</b>	<b>11.25-11.45</b>	<b>11.25-11.45</b>	<b>11.25-11.45</b>	<b>11.25-11.45</b>	<b>11.25-11.45</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	11.45-14.45	11.45-14.45	11.45-14.45	11.45-14.45	11.45-14.45
Постепенный подъем, профилактические физкультурно - оздоровительные процедуры	14.45-14.55	14.45-14.55	14.45-14.55	14.45-14.55	14.45-14.55
Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к ООД, занятия со специалистами, ООД	I)14.55-15.05 II)15.15-15.25	I)14.55-15.05 II)15.15-15.25	I)14.55-15.05 II)15.15-15.25	I)14.55-15.05 II)15.15-15.25	I)14.55-15.05 II)15.15-15.25
<b>Подготовка к усиленному полднику. Усиленный полдник.</b>	<b>15.25-15.45</b>	<b>15.25-15.45</b>	<b>15.25-15.45</b>	<b>15.25-15.45</b>	<b>15.25-15.45</b>
Вечерний круг. Вечерняя прогулка, игры, кружки самостоятельная деятельность, уход детей домой	15.45-18.00	15.45-18.00	15.45-18.00	15.45-18.00	15.45-18.00
<u>Дома:</u> -Прогулка Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры -Ночной сон	18.00-19.30 19.30-20.30 20.30-6.00	18.00-19.30 19.30-20.30 20.30-6.00	18.00-19.30 19.30-20.30 20.30-6.00	18.00-19.30 19.30-20.30 20.30-6.00	18.00-19.30 19.30-20.30 20.30-6.00
<b>ИТОГО в день:</b> <b>Прогулка</b> <b>Прогулка дома</b> <b>Дневной сон</b>	3 ч 20 мин 1ч 30 мин 3ч	3 ч 20 мин 1ч 30 мин 3ч	3 ч 20 мин 1ч 30 мин 3ч	3 ч 20 мин 1ч 30 мин 3ч	3 ч 20 мин 1ч 30 мин 3ч





## Средняя группа

Режимные моменты	Средняя группа №4 (4-5лет) комбинированная				
	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием детей. Прогулка. Термометрия, свободная игра.	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.25	6.00-7.30
Утренняя гимнастика	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35	7.25-7.35
<b>Подготовка к завтраку, завтрак.</b>	<b>7.35-7.50</b>	<b>7.35-7.50</b>	<b>7.35-7.50</b>	<b>7.35-7.50</b>	<b>7.35-7.50</b>
Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД	7.50-9.10	7.50-8.20	7.50-8.30	7.50-8.30	7.50-8.30
Совместная организованная образовательная деятельность (ООД)	9.10-9.30 10.30-10.50	8.20-8.40 8.50-9.10	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.25-9.45
Второй завтрак	9.00-9.10	9.10-9.20	9.20-9.30	9.20-9.30	9.00-9.10
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30-11.20	9.20-11.20	9.30-11.20	9.30-11.20	9.45-11.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, дежурство, игры	11.20-11.35	11.20-11.35	11.20-11.35	11.20-11.35	11.20-11.35
<b>Обед</b>	<b>11.35-11.55</b>	<b>11.35-11.55</b>	<b>11.35-11.55</b>	<b>11.35-11.55</b>	<b>11.35-11.55</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	11.55 -14.25	11.55 -14.25	11.55 -14.25	11.55 -14.25	11.55 -14.25
Постепенный подъем, профилактические физкультурно - оздоровительные процедуры	14.25-14.35	14.25-14.35	14.25-14.35	14.25-14.35	14.25-14.35
Игры, кружки, ООД, занятия со специалистами, прогулка	- 14.35-15.35	- 14.35-15.35	- 14.35-15.35	- 14.35-15.35	- 14.35-15.35
<b>Подготовка к усиленному полднику. Усиленный полдник.</b>	<b>15.35-15.50</b>	<b>15.35-15.50</b>	<b>15.35-15.50</b>	<b>15.35-15.50</b>	<b>15.35-15.50</b>
Вечерний круг. Вечерняя прогулка, игры, кружки самостоятельная деятельность, уход детей домой	15.50-18.00	15.50-18.00	15.50-18.00	15.50-18.00	15.50-18.00
<u>Дома:</u> -Прогулка Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры -Ночной сон	18.00-20.00 20.00-20.45 20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45 20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45 20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45 20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45 20.45-6.00
<b>ИТОГО в день:</b> <b>Прогулка</b> <b>Прогулка дома</b> <b>Дневной сон</b>	<b>3ч 25мин</b> <b>2ч30 мин</b>	<b>3ч 35 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>3 ч 25 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>3 ч 35 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>3ч 10 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>

## Старшие группы

Режимные моменты	Старшая группа (5-6лет) №7					Старшая группа (5-6лет) №5 комбинированная				
	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием детей. Прогулка. Термометрия, свободная игра.	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.30	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	7.30-7.40	7.30-7.40	7.30-7.40	7.30-7.40	7.30-7.40	7.30-7.40	7.30-7.40	7.30-7.40	7.30-7.40
<b>Подготовка к завтраку, завтрак.</b>	<b>7.40-7.55</b>	<b>7.40-7.55</b>	<b>7.40-7.55</b>	<b>7.40-7.55</b>	<b>7.40-7.55</b>	<b>7.40-7.55</b>	<b>7.40-7.55</b>	<b>7.40-7.55</b>	<b>7.40-7.55</b>	<b>7.40-7.55</b>
Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД	7.55-8.20	7.55-8.30	7.55-8.20	7.55-8.30	7.55-8.30	7.55-8.30	7.55-8.20	7.55-8.30	7.55-8.30	7.55-8.30
Совместная организованная образовательная деятельность (ООД)	8.20-8.45 8.55-9.20	8.30-8.55 9.15-9.40	8.20-8.40(1п.) 8.50-9.10(2п.) 9.30-9.55	8.30-8.55 11.20-11.45	8.30-8.55 9.20-9.45	8.30-8.55 9.25-9.50	8.20-8.40 (1п.) 8.50-9.10(2п.) 9.20-9.45	8.30-8.55 10.50-11.20	8.30-8.55 9.45-10.10	8.30-8.55 9.55-10.20
Второй завтрак	9.20-9.30	9.00-9.10	9.10-9.20	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10	9.10-9.20	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30-11.30	9.40-11.30	9.55-11.30	9.10-11.00	9.45-11.30	9.50-11.30	9.45-11.30	9.10-11.30	9.10-11.30	9.10-11.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, дежурство, игры	11.30-11.40	11.30-11.40	11.30-11.40	11.00-11.20 11.20-11.40	11.30-11.40	11.30-11.40	11.30-11.40	11.20-11.40	11.30-11.40	11.30-11.40
<b>Обед</b>	<b>11.40-12.00</b>	<b>11.40-12.00</b>	<b>11.40-12.00</b>	<b>11.40-12.00</b>	<b>11.40-12.00</b>	<b>11.40-12.00</b>	<b>11.40-12.00</b>	<b>11.40-12.00</b>	<b>11.40-12.00</b>	<b>11.40-12.00</b>
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	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30
Постепенный подъем, профилактические физкультурно - оздоровительные процедуры	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40	14.30-14.40
Игры, кружки, ООД, занятия со специалистами	14.40-15.40	14.40-15.40	14.40-15.40 15.10-15.35	14.40-15.40 15.10-15.35	14.40-15.40 15.10-15.35	14.40-15.40 15.10-15.35	14.40-15.40 15.10-15.35	14.40-15.40 15.10-15.35	14.40-15.40 15.10-15.35	14.40-15.40 15.10-15.35
<b>Подготовка к усиленному полднику. Усиленный полдник.</b>	<b>15.40-15.55</b>	<b>15.40-15.55</b>	<b>15.40-15.55</b>	<b>15.40-15.55</b>	<b>15.40-15.55</b>	<b>15.40-15.55</b>	<b>15.40-15.55</b>	<b>15.40-15.55</b>	<b>15.40-15.55</b>	<b>15.40-15.55</b>
Вечерний круг. Вечерняя про- гулка, игры, кружки самостоятельная деятельность, уход детей домой	15.55-18.00	15.55-18.00	15.55-18.00	15.55-18.00	15.55-18.00	15.55-18.00	15.55-18.00	15.55-18.00	15.55-18.00	15.55-18.00
<u>Дома:</u> -Прогулка Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры -Ночной сон	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00	18.00-20.00 20.00-20.45  20.45-6.00
<b>ИТОГО в день:</b> <b>Прогулка</b> <b>Прогулка дома</b> <b>Дневной сон</b>	<b>3ч 05 мин</b> <b>2ч 30мин</b>	<b>3ч 55 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>3ч 40 мин</b> <b>2 ч 30 мин</b>	<b>3ч 55 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>3 ч 50 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>3 ч 45 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>3 ч 50 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>4ч 25 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>4ч 25 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>	<b>4ч 25 мин</b> <b>2ч 30 мин</b>

