

Принято:  
на педагогическом совете  
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего  
вида № 47» НМР РТ  
Протокол № 1 от 31.08. 2022г.

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ «Детский сад  
общеразвивающего вида № 47» НМР РТ  
З.Г. Кашапова  
Приказ № 140 от 31.08. 2022г.



**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД**  
по МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 47» Нижнекамского муниципального района РТ  
на 2022-2023 учебный год

	<b>Первая группа раннего возраста (1-2 года) № 4</b>
Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00-7.20
Утренняя гимнастика	7.20-7.30
Подготовка к завтраку, завтрак	7.30-7.55
Игры, самостоятельная деятельность	7.55-8.15
Самостоятельная игровая деятельность, занятия по подгруппам	8.15-8.23 8.35-8.43
Самостоятельная игровая деятельность	8.43-8.50
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	8.50-9.05
Подготовка к прогулке	9.05-9.15
Прогулка	9.15-11.15 (2 ч. 00 мин.)
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность	11.15-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну	12.00-12.05
Дневной сон	12.05-15.05 (3 ч. 00 мин.)
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	15.05-15.20
Самостоятельная игровая деятельность, занятие (по подгруппам)	15.20-15.28
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.28-15.55
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.55-16.05
Самостоятельная игровая деятельность, занятие (по подгруппам)	16.05-16.13
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16.13-16.40
Подготовка к прогулке	16.40-16.50
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.50-18.00 (1 ч. 10 мин.)
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 10 мин.
<b>Продолжительность сна</b>	3 ч. 00 мин.

	<b>Вторая группа раннего возраста (2-3 года) № 1</b>	<b>Вторая группа раннего возраста (2-3 года) № 2</b>
Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	6.00-7.20	6.00-7.20
Утренняя гимнастика	7.20-7.30	7.20-7.30
Подготовка к завтраку, завтрак	7.30-7.55	7.30-7.55
Игры, самостоятельная деятельность	7.55-8.20	7.55-8.20
Самостоятельная игровая деятельность, занятия по подгруппам	8.20-8.30	8.20-8.30
	8.40-8.50	8.40-8.50
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	8.50-9.05	8.50-9.05
Подготовка к прогулке	9.05-9.15	9.05-9.15
Прогулка	9.15-11.15	9.15-11.15
	(2 ч. 00 мин.)	(2 ч. 00 мин.)
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность	11.15-11.30	11.15-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00
Подготовка ко сну	12.00-12.05	12.00-12.05
Дневной сон	12.05-15.05	12.05-15.05
	(3 ч. 00 мин.)	(3 ч. 00 мин.)
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	15.05-15.20	15.05-15.20
Самостоятельная игровая деятельность, занятие (по подгруппам)	15.20-15.30	15.20-15.30
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.30-15.55	15.30-15.55
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.55-16.05	15.55-16.05
Самостоятельная игровая деятельность, занятие (по подгруппам)	16.05-16.15	16.05-16.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16.15-16.40	16.15-16.40
Подготовка к прогулке	16.40-16.50	16.40-16.50
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.50-18.00	16.50-18.00
	(1 ч. 10 мин.)	(1 ч. 10 мин.)
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 10 мин.	3 ч. 10 мин.
<b>Продолжительность сна</b>	3 ч. 00 мин.	3 ч. 00 мин.

	<b>Младшая группа (3-4 года) № 9</b>	
Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	6.00-7.25	
Утренняя гимнастика	7.25-7.35	
Подготовка к завтраку, завтрак	7.35-8.00	
	<b>Пн., вт., ср., чт.</b>	<b>Пт.</b>
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность	8.00-8.30	8.00-8.35
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.45	8.35-8.50
	8.55-9.10	9.00-9.15
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.10-9.20	9.15-9.25
Подготовка к прогулке	9.20-9.30	9.25-9.35
Прогулка	9.30-11.20	9.35-11.20
	(1 ч. 50 мин.)	(1 ч. 45 мин.)
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность	11.20-11.35	
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	
Подготовка ко сну	12.05-12.10	
Дневной сон	12.10-15.10	
	(3 ч. 00 мин.)	
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	15.10-15.25	
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.25-15.35	
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.35-16.00	
Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	16.00-16.15	
Подготовка к прогулке	16.15-16.25	
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.25-18.00	
	(1 ч. 35 мин.)	
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 25 мин.	3 ч. 20 мин.
<b>Продолжительность сна</b>	3 ч. 00 мин.	

	Средняя группа (4-5 лет) № 8	Средняя группа (4-5 лет) № 10
Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	6.00-7.30	6.00-7.30
Утренняя гимнастика	7.30-7.40	7.30-7.40
Подготовка к завтраку, завтрак	7.40-8.05	7.40-8.05
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность	8.05-8.30	8.05-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.20-9.30	9.20-9.30
Подготовка к прогулке	9.30-9.40	9.30-9.40
Прогулка	9.40-11.30 (1 ч. 50 мин.)	9.40-11.30 (1 ч. 50 мин.)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.40	11.30-11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.10	11.40-12.10
Подготовка ко сну	12.10-12.15	12.10-12.15
Дневной сон	12.15-14.45 (2 ч. 30 мин.)	12.15-14.45 (2 ч. 30 мин.)
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	14.45-15.00	14.45-15.00
Игры, организованная деятельность в р/м, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.00-15.40	15.00-15.40
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.40-16.05	15.40-16.05
Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	16.05-16.20	16.05-16.20
Подготовка к прогулке	16.20-16.30	16.20-16.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.30-18.00 (1 ч. 30 мин.)	16.30-18.00 (1 ч. 30 мин.)
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 20 мин.	3 ч. 20 мин.
<b>Продолжительность сна</b>	2 ч. 30 мин.	2 ч. 30 мин.

	<b>Старшая группа (5-6 лет) № 5</b>				
Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	6.00-7.35				
Утренняя гимнастика	7.35-7.45				
Подготовка к завтраку, завтрак	7.45-8.05				
	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Игры, самостоятельная деятельность, утренний круг	8.05-8.30	8.05-8.30	8.05-8.30	8.05-8.55	8.05-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.55	8.30-8.55	8.30-8.55	9.05-9.30	8.30-8.55
	9.30-9.55	9.05-9.30	9.05-9.30		9.05-9.30
Самостоятельная игровая деятельность	9.05-9.20	-	-	-	-
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.20-9.30	9.30-9.40			
Подготовка к прогулке	9.55-10.05	9.40-9.50	9.40-9.50	9.40-9.50	9.40-9.50
Прогулка	10.05-11.35 (1 ч. 30 мин.)	9.50-11.35 (1 ч. 45 мин.)	9.50-11.35 (1 ч. 45 мин.)	9.50-11.35 (1 ч. 45 мин.)	9.50-11.35 (1 ч. 45 мин.)
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность	11.35-11.45				
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.10				
Подготовка ко сну	12.10-12.15				
Дневной сон	12.15-14.45 (2 ч. 30 мин.)				
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	14.45-15.00				
Организованная образовательная деятельность	-	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	-
Игры, организованная деятельность в р/м, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.00-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.00-15.45
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.45-16.05				
Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	16.05-16.20				
Подготовка к прогулке	16.20-16.30				
Прогулка: игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.30-18.00 (1 ч. 30 мин.)				
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 00 мин.	3 ч. 25 мин.	3 ч. 25 мин.	3 ч. 25 мин.	3 ч. 25 мин.
<b>Продолжительность сна</b>	2 ч. 30 мин.				

	<b>Старшая группа (5-6 лет) № 7</b>				
Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	6.00-7.35				
Утренняя гимнастика	7.35-7.45				
Подготовка к завтраку, завтрак	7.45-8.05				
	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Игры, самостоятельная деятельность, утренний круг	8.05-8.30	8.05-8.25	8.05-8.30	8.05-8.55	8.05-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-8.55	8.25-8.50	8.30-8.55	8.30-8.55	8.30-8.55
	9.05-9.30	9.05-9.30	9.05-9.30	9.05-9.30	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.30-9.40				
Самостоятельная игровая деятельность	-	-	-	-	9.05-9.30
Подготовка к прогулке	9.40-9.50				
Прогулка	9.50-11.35 (1 ч. 45 мин.)				
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность	11.35-11.45				
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.10				
Подготовка ко сну	12.10-12.15				
Дневной сон	12.15-14.45 (2 ч. 30 мин.)				
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	14.45-15.00				
Организованная образовательная деятельность	15.00-15.25	15.00-15.25	-	15.00-15.25	-
Игры, организованная деятельность в р/м, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.25-15.45	15.25-15.45	15.00-15.45	15.25-15.45	15.00-15.45
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.45-16.05				
Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	16.05-16.20				
Подготовка к прогулке	16.20-16.30				
Прогулка: игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.30-18.00 (1 ч. 30 мин.)				
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 15 мин.				
<b>Продолжительность сна</b>	2 ч. 30 мин.				

**Подготовительная к школе группа (6-7 лет) № 3**

**Понедельник**

Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа На улице	6.00-7.40  7.25-7.50 (25 мин.)
Утренняя гимнастика (на улице)	7.40-7.50
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.10
Утренний круг	8.10-8.20
Подготовка к прогулке	8.20-8.30
Прогулка	8.30-9.40 (1 ч. 10 мин.)
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	9.40-9.50
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.50-10.00
Организованная образовательная деятельность	10.00-10.30 10.40-11.10 11.20-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.15
Подготовка ко сну	12.15-12.20
Дневной сон	12.20-14.50 (2 ч. 30 мин.)
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	14.50-15.05
Игры, организованная деятельность в р/м, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.05-15.50
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.10
Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	16.10-16.25
Подготовка к прогулке	16.25-16.35
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.35-18.00 (1 ч. 25 мин.)
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 00 мин.
<b>Продолжительность сна</b>	2 ч. 30 мин.

**Вторник Среда Четверг Пятница**

Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа На улице	6.00-7.40  7.25-7.50 (25 мин.)			
Утренняя гимнастика (на улице)	7.40-7.50			
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.10			
	<b>Вт.</b>	<b>Ср.</b>	<b>Чт.</b>	<b>Пт.</b>
Игры, самостоятельная деятельность, утренний круг	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-9.00 9.10-9.40 9.50-10.20	9.10-9.40 9.50-10.20	8.30-9.00 9.10-9.40 9.50-10.20	8.30-9.00 9.10-9.40
Самостоятельная игровая деятельность	-	8.30-9.10	-	9.50-10.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.40-9.50			
Подготовка к прогулке	10.20-10.30			
Прогулка	10.30-11.40 (1 ч. 10 мин.)			
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	11.40-11.50			
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.15			
Подготовка ко сну	12.15-12.20			
Дневной сон	12.20-14.50 (2 ч. 30 мин.)			
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	14.50-15.05			
Игры, организованная деятельность в р/м, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.05-15.50			
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.10			
Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	16.10-16.25			
Подготовка к прогулке	16.25-16.35			
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.35-18.00 (1 ч. 25 мин.)			
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 00 мин.			
<b>Продолжительность сна</b>	2 ч. 30 мин.			

**Подготовительная к школе группа (6-7 лет) № 11**

**Понедельник    Среда    Четверг    Пятница**

Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа На улице	6.00-7.40  7.25-7.50 (25 мин.)			
Утренняя гимнастика (на улице)	7.40-7.50			
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.10			
	<b>Пн.</b>	<b>Ср.</b>	<b>Чт.</b>	<b>Пт.</b>
Игры, самостоятельная деятельность, утренний круг	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30
Организованная образовательная деятельность	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	9.10-9.40
	9.50-10.20	9.10-9.40	9.10-9.40	9.50-10.20
		9.50-10.20	9.50-10.20	
Самостоятельная игровая деятельность	9.00-9.40	-	-	8.30-9.10
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.40-9.50			
Подготовка к прогулке	10.20-10.30			
Прогулка	10.30-11.40 (1 ч. 10 мин.)			
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	11.40-11.50			
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.15			
Подготовка ко сну	12.15-12.20			
Дневной сон	12.20-14.50 (2 ч. 30 мин.)			
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	14.50-15.05			
Игры, организованная деятельность в р/м, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.05-15.50			
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.10			
Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	16.10-16.25			
Подготовка к прогулке	16.25-16.35			
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.35-18.00 (1 ч. 25 мин.)			
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 00 мин.			
<b>Продолжительность сна</b>	2 ч. 30 мин.			

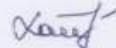
## Вторник

Приход детей в детский сад, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа На улице	6.00-7.40  7.25-7.50 (25 мин.)
Утренняя гимнастика (на улице)	7.40-7.50
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.10
Утренний круг	8.10-8.20
Подготовка к прогулке	8.20-8.30
Прогулка	8.30-9.40 (1 ч. 10 мин.)
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	9.40-9.50
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.50-10.00
Организованная образовательная деятельность	10.00-10.30 10.40-11.10 11.20-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.15
Подготовка ко сну	12.15-12.20
Дневной сон	12.20-14.50 (2 ч. 30 мин.)
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливание	14.50-15.05
Игры, организованная деятельность в р/м, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.05-15.50
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.10
Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	16.10-16.25
Подготовка к прогулке	16.25-16.35
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.35-18.00 (1 ч. 25 мин.)
<b>Продолжительность прогулки</b>	<b>3 ч. 00 мин.</b>
<b>Продолжительность сна</b>	<b>2 ч. 30 мин.</b>

### Пояснительная записка

Режим дня составлен на основании:

1. Инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой.
2. СанПиН 1.2.3685-21 от 28.01.2021 г. «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Старший воспитатель:  /Хайрутдинова Г.М.

Старшая медсестра:  /Хакимханова Л.М.