

Принято:  
на педагогическом совете  
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего  
вида № 47» НМР РТ  
Протокол № 1 от 29.08 2024г.

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ «Детский сад  
общеразвивающего вида № 47» НМР РТ  
З.Г. Кашапова  
Приказ № \_\_\_\_\_ от 29.08 2024г.



**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД  
по МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 47» Нижнекамского муниципального района РТ  
на 2024-2025 учебный год**

	<b>Вторая группа раннего возраста (1-2 года) № 4</b>
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.20
Утренняя гимнастика	7.20-7.30
Подготовка к завтраку, завтрак	7.30-8.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	8.00-8.30
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	8.30-8.38
	8.50-8.58
Второй завтрак	8.58-9.15
Подготовка к прогулке	9.15-9.25
Прогулка	9.25-11.15 (1 ч. 50 мин.)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.15-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00 (3 ч. 00 мин.)
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность), занятие в игровой форме первая подгруппа	15.20-15.28
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.28-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность) занятие в игровой форме вторая подгруппа	16.00-16.30
	16.00-16.08
Подготовка к прогулке	16.30-16.40
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.40-18.00 (1 ч. 20 мин.)
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 10 мин.
<b>Продолжительность сна</b>	3 ч. 00 мин.

	<b>Первая младшая группа (2-3 года) № 1</b>	<b>Первая младшая группа (2-3 года) № 2</b>
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.20	6.00-7.20
Утренняя гимнастика	7.20-7.30	7.20-7.30
Подготовка к завтраку, завтрак	7.30-8.00	7.30-8.00
Игры, подготовка к занятиям	8.00-8.30	8.00-8.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	8.30-8.40	8.30-8.40
	8.50-9.00	8.50-9.00
Второй завтрак	9.00-9.15	9.00-9.15
Подготовка к прогулке	9.15-9.25	9.15-9.25
Прогулка	9.25-11.15	9.25-11.15
	(1 ч. 50 мин.)	(1 ч. 50 мин.)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.15-11.30	11.15-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00
	(3 ч. 00 мин.)	(3 ч. 00 мин.)
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20
Игры, самостоятельная деятельность детей, занятие в игровой форме первая подгруппа	15.20-15.30	15.20-15.30
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.30-16.00	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, занятие в игровой форме вторая подгруппа	16.00-16.30	16.00-16.30
	16.00-16.10	16.00-16.10
Подготовка к прогулке	16.30-16.40	16.30-16.40
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.40-18.00	16.40-18.00
	(1 ч. 20 мин.)	(1 ч. 20 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>Вторая младшая группа (3-4 года) № 5</b>	<b>Вторая младшая группа (3-4 года) № 7</b>
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.25	6.00-7.25
Утренняя гимнастика	7.25-7.35	7.25-7.35
Подготовка к завтраку, завтрак	7.35-8.05	7.35-8.05
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.05-8.30	8.05-8.30
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями – 10 минут)	8.30-8.45 8.55-9.10	8.30-8.45 8.55-9.10
Второй завтрак	9.10-9.25	9.10-9.25
Подготовка к прогулке	9.25-9.35	9.25-9.35
Прогулка	9.35-11.25 (1 ч. 50 мин.)	9.35-11.25 (1 ч. 50 мин.)
Возвращение с прогулки	11.25-11.35	11.25-11.35
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	11.35-12.05
Подготовка ко сну, дневной сон	12.05-15.05 (3 ч. 00 мин.)	12.05-15.05 (3 ч. 00 мин.)
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.05-15.20	15.05-15.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.35-16.05	15.35-16.05
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.05-16.20	16.05-16.20
Подготовка к прогулке	16.20-16.30	16.20-16.30
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, 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. 10 мин.	3 ч. 10 мин.
<b>Продолжительность сна</b>	3 ч. 00 мин.	3 ч. 00 мин.

	Средняя группа (4-5 лет) № 3		Средняя группа (4-5 лет) № 6	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.30		6.00-7.30	
Утренняя гимнастика	7.30-7.40		7.30-7.40	
Подготовка к завтраку, завтрак	7.40-8.10		7.40-8.10	
	<b>Пн.</b>	<b>Вт, Ср, Чт, Пт</b>	<b>Пн, Ср, Чт,</b>	<b>Вт, Пт</b>
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.10-8.25	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.25
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями – 10 минут)	8.25-8.45 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20	8.30-8.50 9.00-9.20	8.25-8.45 9.00-9.20
Второй завтрак	9.20-9.35		9.20-9.35	
Подготовка к прогулке	9.35-9.45		9.35-9.45	
Прогулка	9.45-11.30 (1 ч. 45 мин.)		9.45-11.30 (1 ч. 45 мин.)	
Возвращение с прогулки	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 детей, закаливающие процедуры	14.45-15.00		14.45-15.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.00-15.40		15.00-15.40	
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.40-16.10		15.40-16.10	
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.10-16.25		16.10-16.25	
Подготовка к прогулке	16.25-16.35		16.25-16.35	
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.35-18.00 (1 ч. 25 мин.)		16.35-18.00 (1 ч. 25 мин.)	
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 05 мин.		3 ч. 05 мин.	
<b>Продолжительность сна</b>	2 ч. 30 мин.		2 ч. 30 мин.	

	<b>Старшая группа (5-6 лет) № 9</b>				
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.35				
Утренняя гимнастика	7.35-7.45				
Подготовка к завтраку, завтрак	7.45-8.15				
	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями – 10 минут)	8.30-8.55	8.30-8.55	8.30-8.55	8.30-8.55	8.30-8.55
	9.20-9.45	9.05-9.30	9.05-9.30	9.05-9.30	9.20-9.45
Второй завтрак	8.55-9.05				
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.05-9.20	-	-	9.05-9.30	9.05-9.20
Подготовка к прогулке	9.45-9.55	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40	9.45-9.55
Прогулка	9.55-11.35 (1 ч. 40 мин.)	9.40-11.35 (1 ч. 55 мин.)	9.40-11.35 (1 ч. 55 мин.)	9.40-11.35 (1 ч. 55 мин.) Физ. культура на прогулке - 11.05-11.30	9.55-11.35 (1 ч. 40 мин.)
Возвращение с прогулки	11.35-11.45				
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.15				
Подготовка ко сну	12.15-12.20				
Дневной сон	12.20-14.50 (2 ч. 30 мин.)				
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	14.50-15.00				
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.25-15.45	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	15.45-16.15				
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.15-16.25				
Подготовка к прогулке	16.25-16.35				
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.35-18.00 (1 ч. 25 мин.)				
<b>Продолжительность прогулки</b>	3 ч. 05 мин.	3 ч. 20 мин.	3 ч. 20 мин.	3 ч. 20 мин.	3 ч. 10 мин.
<b>Продолжительность сна</b>	2 ч. 30 мин.				

**Подготовительная к школе группа (6-7 лет)****№ 8****Понедельник**

Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.40
На улице	7.25-7.50 (25 мин.)
Утренняя гимнастика (на улице)	7.40-7.50
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20
Утренний круг, подготовка к прогулке	8.20-8.30
Прогулка	8.30-9.40 (1 ч. 10 мин.)
Возвращение с прогулки	9.40-9.50
Второй завтрак	9.50-10.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями – 10 минут)	10.00-10.30 10.40-11.10 11.20-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну	12.20-12.25
Дневной сон	12.25-14.55 (2 ч. 30 мин.)
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	14.55-15.05
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.05-15.50
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.15
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.15-16.25
Подготовка к прогулке	16.25-16.35
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, 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**

Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность На улице	6.00-7.40  7.25-7.50 (25 мин.)			
Утренняя гимнастика (на улице)	7.40-7.50			
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20			
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.20-8.30			
Игры, самостоятельная деятельность детей	-	8.30-9.10	-	-
	<b>Вт.</b>	<b>Ср.</b>	<b>Чт.</b>	<b>Пт.</b>
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями – 10 минут)	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 9.50-10.20
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 деятельность детей	11.40-11.50			
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20			
Подготовка ко сну	12.20-12.25			
Дневной сон	12.25-14.55 (2 ч. 30 мин.)			
Постепенный подъем детей, закаливание процедуры	14.55-15.05			
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.05-15.50			
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.15			
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.15-16.25			
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)  
№ 10**

**Понедельник Среда Четверг Пятница**

Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.40			
На улице	7.25-7.50 (25 мин.)			
Утренняя гимнастика (на улице)	7.40-7.50			
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20			
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.20-8.30			
Игры, самостоятельная деятельность детей	-	-	-	8.30-9.10
	<b>Пн.</b>	<b>Ср.</b>	<b>Чт.</b>	<b>Пт.</b>
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями – 10 минут)	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	9.10-9.40
	9.10-9.40	9.10-9.40	9.10-9.40	9.50-10.20
	9.50-10.20	9.50-10.20	9.50-10.20	
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 деятельность детей	11.40-11.50			
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20			
Подготовка ко сну	12.20-12.25			
Дневной сон	12.25-14.55 (2 ч. 30 мин.)			
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	14.55-15.05			
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.05-15.50			
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.15			
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.15-16.25			
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**

Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.40
На улице	7.25-7.50 (25 мин.)
Утренняя гимнастика (на улице)	7.40-7.50
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20
Утренний круг, подготовка к прогулке	8.20-8.30
Прогулка	8.30-9.40 (1 ч. 10 мин.)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	9.40-9.50
Второй завтрак	9.50-10.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями – 10 минут)	10.00-10.30 10.40-11.10 11.20-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну	12.20-12.25
Дневной сон	12.25-14.55 (2 ч. 30 мин.)
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	14.55-15.05
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.05-15.50
Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.15
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.15-16.25
Подготовка к прогулке	16.25-16.35
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, 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.

### Пояснительная записка

Режим дня в группе детей рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОУ и установлен с учетом требований:

- Федеральной образовательной программы дошкольного образования
- СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20,
- условий реализации программы ДОУ,
- потребностей участников образовательных отношений,
- режима функционирования ДОУ.

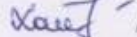
Режим дня учитывает сезонные изменения. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Сон организуется однократно. Но не менее трех часов в день для детей 1-3 лет и 3-4 лет, так как в группе есть дети трех лет. Для детей 4-7 лет не менее 2,5 часов в день.

Предусмотрено количество обязательных приемов пищи: завтрак, второй завтрак, обед, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина.

Старший воспитатель:  /Хайрутдинова Г.М.

Старшая медсестра:  /Хакимханова Л.М.