

Муниципальное автономное дошкольное учреждение
«Детский сад №93» НМР РТ

Принято
на заседании Педагогического совета
протокол № 1/22
от 07.09. 2022г



УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МАДОУ
Лотфуллина Г.И.
Введено в действие на основании
приказ № 222 от 07.09. 2022г.

**Режим дня на холодный период
МАДОУ «Детский сад №93» НМР РТ
на 2022-2023 учебный год**

г. Нижнекамск

Режим дня составлен, руководствуясь инновационной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, с учётом местных условий «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей в организационных формах обучения» министерства образования РФ от 14.03.200г. №65/23-16 и Сан.ПиНа от 28.01.2021 №2.

*при удовлетворительных погодных условиях прием детей и утренняя гимнастика проводится на улице

*согласно Сан.ПиНа от 28.01.2021 №2 рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3 часов. Продолжительность прогулки дошкольной организацией в зависимости от климатических условиях.

Зам.зав.по воспитательно – методической работе МАДОУ №93 _____ Полицарова И.А.

Старшая медсестра МАДОУ №93 _____ Виноградова О.П.

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2022 -2023 уч.год

| | Режимные моменты | средняя гр № 7 | средняя гр.№11 | средняя гр.№14 (тат) |
|-----|--|---|--|---|
| 1. | Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность, прогулка. | 6.00 – 7.25 | 6.00 – 7.25 | 6.00 – 7.25 |
| 2. | Утренняя гимнастика. Игры. Подготовка к завтраку. | 7.25 - 7.30 7.30 – 7.45 | 7.25 - 7.30 7.30 – 7.45 | 7.25 - 7.30 7.30 – 7.45 |
| 3. | Завтрак | 7.45 – 8.00 | 7.45 – 8.00 | 7.45 – 8.00 |
| 4. | Утренний круг. Подготовка к ОД, игровая деятельность. | 8.00 – 8.25 | 8.00 – 8.25 | 8.00 – 8.25 |
| 5. | Образовательная деятельность 1-занятие | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 <i>(в четверг с 9.00-9.20)</i> | 8.30 – 8.50 <i>(пятница 9.00 – 9.20)</i> |
| | 2-занятие | 9.00 -- 9. 20 <i>(в среду 11.00-11.20 на улице)</i> | 9.00 – 9.20 <i>(в четверг 9.40 – 10.00)</i> | 9.00 - 9.20 <i>(в пятницу 10.50 – 11.10 на улице)</i> |
| 6. | Второй завтрак | 8.50 – 9.15 | | |
| 7. | Игры, подготовка к прогулке. | 9.20– 9.45 | 9.20– 9.45 <i>(в четверг 8.30 – 8.50 свободные игры, 10.05-10.25-подготовка к прогулке)</i> | 9.20– 9.45 |
| 8. | Прогулка. | 9.45 -11.20 <i>(в четверг 10.50 – 11.10 физо на улице)</i> | 9.45 -11.20 <i>(в четверг 10.25 – 11.30)</i> | 9.45 -11.20 |
| 9. | Возвращение с прогулки, игры. Подготовка к обеду. | 11.20 – 11 .40 | 11.20 – 11 40 | 11.20 – 11 40 |
| 10. | Обед | 11.40 - 12.05 | 11.40 - 12.05 | 11.40 - 12.05 |
| 11. | Подготовка ко сну. Дневной сон | 12.05 – 14.45 | 12.05– 14.45 | 12.05 – 14.45 |
| 12. | Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры. | 14.45 – 15.00 | 14.45 – 15.00 | 14.45 – 15.00 |
| 13. | Образовательная деятельность. | 15.15-15.35 | 15.15-15.35 | 15.15-15.35 |
| 14. | Игры. Самостоятельная деятельность. Подготовка к уплотненному полднику. | 15.35 - 15.45 | 15.35 – 15.45 | 15.35 – 15.45 |
| 15. | Уплотнённый полдник. | 15.45 - 16.05 | 15.45 - 16.05 | 15.45 - 16.05 |
| 16. | Кружковая работа. Вечерний круг. Организация игровой деятельность, вечерняя прогулка, уход детей домой. | 16.05 – 18.00 | 16.05 – 18.00 | 16.05 – 18.00 |

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

| | Режимные моменты | старшая гр.№3 | старшая гр. №6 (тат) |
|-----|---|---|---|
| 1. | Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность, игры, прогулка. | 6.00 – 7.30 | 6.00 – 7.30 |
| 2. | Утренняя гимнастика(улица) | 7.30 - 7.35 | 7.30 - 7.35 |
| 3. | Подготовка к завтраку. | 7.35 – 7.50 | 7.35 – 7.50 |
| 4. | Завтрак | 7.50 - 8.05 | 7.50 - 8.05 |
| 5. | Утренний круг. Подготовка к ОД, игровая деятельность. | 8.05 - 8.30 <i>(в пятницу 8.10 – 9.10)</i> | 8.05 - 8.30 <i>(в понедельник 8.10-9.05)</i> |
| 6. | образовательная деятельность 1-занятие | 8.30 - 8.55 <i>(в пятницу 9.10 – 9.35)</i> | 8.30 - 8.55 <i>(в четверг 10.05 – 10.30)</i> |
| | 2-занятие | 9.05 - 9.30 <i>(в пятницу 9.45 – 10.10)</i> | 9.05 - 9.30 <i>(в понедельник, вторник 9.40 -10.05, в четверг 10.40-11.05)</i> |
| | 3-занятие | 15.10 - 15.35 <i>(в понедельник в 9.40 – 10.05, 15.15 -15.40, в четверг 11.00 – 11.25 на улице)</i> | 15.10 - 15.35 <i>(в среду 15.15 – 15.40, в пятницу 11.00 – 11.25 на улице)</i> |
| 7. | Второй завтрак | 8.50 – 9.15 | |
| 8. | Игры, подготовка к прогулке. | 9.30-10.15 <i>(в пятницу 10.10 – 10.25)</i> | 9.20-10.15 <i>(во вторник 10.10-10.25, в среду , в пятницу 9. 40 – 9.55, в четверг 8.10 - 8.30)</i> |
| 9. | Прогулка. | 10.15 - 11.30 <i>(в пятницу 10.25- 11.45)</i> | 10.15 - 11.30 <i>(в четверг 8.30 – 9.45)</i> |
| 10. | Возвращение с прогулки, игры. Подготовка к обеду. | 11.30 – 11.45 | 11.30 – 11.45 |
| 11. | Обед | 11.45 - 12.05 | 11.45 - 12.05 |
| 12. | Подготовка ко сну. Дневной сон. | 12.05 – 14.40 | 12.05 – 14.40 |
| 13. | Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры. | 14.40 – 14.55 | 14.40 – 14.55 |
| 14. | Образовательная деятельность | 15.05-15.30 <i>(во вторник 15.15 – 15.40)</i> | 15.05-15.30 |
| 15. | Игры .Самостоятельная деятельность. | 15.30-15.50 | 15.30 - 15.50 |
| 16. | Уплотненный полдник | 15.50 – 16.10 | 15.50 – 16.10 |
| 17. | Вечерний круг. Кружковая работа. Организация игровой деятельность, вечерняя прогулка, уход детей домой. | 16.10 – 18.00 | 16.10 – 18.00 |

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

| | Режимные моменты | подготов. гр. (логопедическая) №1 | подготов.гр.№2 | подготов.гр.№10 | подготов.гр.№12 | подготов.гр.№13 |
|-----|---|---|--|---|--|--|
| 1. | Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность, игры, прогулка. | 6.00 – 7.35 | 6.00 – 7.35 | 6.00 – 7.35 | 6.00 – 7.35 | 6.00 – 7.35 |
| 2. | Утренняя гимнастика(улица) | 7.35-7.40 | 7.35-7.40 | 7.35-7.40 | 7.35-7.40 | 7.35-7.40 |
| 3. | Игры. Подготовка к завтраку. | 7.40 – 7.55 | 7.40 – 7.55 | 7.40 – 7.55 | 7.40 – 7.55 | 7.40 – 7.55 |
| 4. | Завтрак | 7.55 - 8.10 | 7.55 - 8.10 | 7.55 - 8.10 | 7.55 - 8.10 | 7.55 - 8.10 |
| 5. | Утренний круг. Подготовка к ОД, игровая деятельность. Второй завтрак | 8.10-8.30 | 8.10-8.30 (во вт., пт 9.20 - 9.50. в чт 9.40 - 10.05) | 8.10-8.30 (во вторник 10.00-10.10) | 8.10-8.30 (в понед.,вт., чт. 9.25-9.40) | 8.10-8.30 (во вт.10.20 -10.30, ср.9.35 – 9.45) |
| 6. | образовательная деятельность 1-занятие | 8.30 – 9.00 (в пятницу 8.25 – 8.55) | 8.30 – 9.00 (во вторник 9.50 – 10.20, четверг 10.10 -10.40, в пятницу в 9.40 – 10.10) | 8.30 – 9.00 во вторник 10.10-10.40 | 8.30 – 9.00 (в понед. 9.50 -10.20, вт. 9.40 -10.10, чт 9.55 – 10.25) | 8.30 – 9.00 (в вт. 10.30 -11.00,ср. 9.50 – 10.20, |
| | Второй завтрак | 8.50 – 9.15 | | | | |
| | 2-занятие | 9.10 - 9.40 (в понедельник 9.30 – 10.00, пятницу 9.05 – 9.35) | 9.10-9.40 (во вторник10.30 - 11.00, четверг 10.50 -11.20,пятницу 10.20 – 10.50) | 9.10-9.40 во вторник 10.50-11.20,в среду в 9.30 – 10.00 | 9.10-9.40 (в пн. 10.30 -11.00, вт.10.20 -10.50, чт. 10.35 – 11.05) | 9.10-9.40 (в вт. 11.40 -12.00, ср.10.30 -11.00) |
| | 3-занятие | 9.50 - 10.20 (в понедельник 10.10 – 10.40, в среду 11.00 – 11.30) | 9.50-10.20 (в пон. 11.00 – 11.30(у), в ср.11.10-11.40, в чт. 10.50 -11.20, пт. 10.20 -10.50) | 9.50-10.20 (в пон. 11.00 - 11.30, во вт.11.30 – 12.00,в ср. 10.10 – 10.40, в чт. 11.00 -11.30 (у), в пт. 10.30 – 11.00. | 9.50-10.20 (в пн. 11.10-11.40, вт. 11.00 -11.30,чт. 11.15 – 11.45, пт.11.00 -11.20 (у) | 9.50-10.20 (в среду в 15.15 -15.45,в чт. 11.00 – 11.30 (у) |
| | 4 - занятие | 15.15-15.45 (в пон. ,в среду , в четверг) | 15.15-15.45 (в понедельник) | 15.15-15.45 (в понедельник) | 15.15-15.45 (во вторник) | 15.15-15.45 |
| 7. | Игры, подготовка к прогулке. | 10.20– 10.30 (в понедельник, четверг 8.30-8.45, в пятницу 9.40-10.20) | 10.20– 10.30 (в пн. 9.40 -9.55, во вт. ,чт и пт. 8.15 - 8.30, среду 10.40 – 10.55,) | 10.20– 10.30 во вторник8.20 -8.30 | 10.20– 10.30 (в пн., вт., чт. 8.20 -8.30) | 10.20– 10.30 (Пн. 10.40 -10.50, вт. , ср.8.20 - 8.30) |
| 8. | Прогулка. | 10.30 – 11. 35 (в понедельник, четверг 8.45 -10.15) | 10.30 – 11.35 (в понедельник 10.00- 12.00,вторник 8.30 – 9.35, в среду10.55 – 12.00, в, четверг 8.30 – 9.50, пятницу8.30 – 9.25) | 10.30 – 11.35 (во вторник 8.30 – 9.45) | 10.30 – 11.35 (в понед. вторник, четверг 8.30 – 9.25) | 10.30 – 11.35 Вт. 8.30 – 10.20, ср. 8.30 - 9.40, 11.10 - 12.00 |
| 9. | Возвращение с прогулки, подготовка к обеду. | 11.35 – 11.50 (в понедельник, четверг 11.40-12.10) | 11.35 – 11.50 Вторник 9.35-9.45, четверг 9.50 - 10.00, пятницу 9.25 - 9.35 | 11.35 – 11.55 (во вторник 9.45 -10.00) | 11.35 – 11.55 (в пн., вторник, четверг 9.25 -9.35) | 11.35 – 11.55 (в вт.10.20-10.30,ср. 9.35 - 9.45) |
| 10. | Обед | 11.55 - 12.15 | 11.55 - 12.15 | 11.55 - 12.15 | 11.55 - 12.15 | 11.55 - 12.15 |
| 11. | Подготовка ко сну. Дневной сон. | 12.15 – 14.45 | 12.15 – 14.45 | 12.15 – 14.45 | 12.15 – 14.45 | 12.15 – 14.45 |
| 12. | Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры. | 14.45– 15.00 | 14.45– 15.00 | 14.45– 15.00 | 14.45– 15.00 | 14.45– 15.00 |
| 14. | Образовательная деятельность/ | 15.00 - 15. 30 (в понедельник, в среду, в четверг) | 15.00 - 15. 30 (понедельник, среда, четверг) | 15.00 - 15. 30 (в понедельник, в пятницу) | 15.00 - 15. 30 (во вторник, понед. четверг) | 15.00 - 15. 30 (во вторник) |
| 15. | Игры. Самостоятельная деятельность | 15.30 - 15.45 (в понедельник, в четверг, в среду 15.45-16.45) | 16.35-16.45 (в понедельник, среда, четверг 15.45-16.45) | 16.35-16.45 (в понедельник, в пятницу.15.45-16.45) | 16.35-16.45 (во вторник , понед., четверг 15.45-16.15) | 16.35-16.45 |
| 16. | Уплотнённый полдник. | 15.55 - 16.15 | 15.55 - 16.15 | 15.55 - 16.15 | 15.55 - 16.15 | 15.55 - 16.15 |
| 18. | Вечерний круг. Организация игровой деятельность, игры, уход детей домой. Кружковая работа. | 16.15 – 18.00 | 16.15 – 18.00 | 16.15 – 18.00 | 16.15 – 18.00 | 16.15 – 18.00 |

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

| | Режимные моменты | 1 младшая группа №5 | 2 млад.гр №4 | 2 млад.гр №8 | 2 млад.гр №9 |
|-----|--|--|---|---|--|
| 1. | Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность ,игры. | 6.00 – 7.05 | 6.00 – 7.10 | 6.00 – 7.10 | 6.00 – 7.10 |
| 2. | Утренняя гимнастика. | 7.05 – 7.10 | 7.10 - 7.15 | 7.10 - 7.15 | 7.10 - 7.15 |
| 3. | Игры. Подготовка к завтраку. | 7.15 – 7.30 | 7.15 – 7.35 | 7.15 – 7.35 | 7.15 – 7.35 |
| 4. | Завтрак | 7.30 – 7.50 | 7.35 – 7.55 | 7.35 – 7.55 | 7.35 – 7.55 |
| 5. | Утренний круг. Подготовка к ОД | 7.50 – 8.25 | 7.55 – 8.30 | 7.55 – 8.30 | 7.55 – 8.30 |
| 6. | образовательная деятельность -1 занятие | 1 подгруппа 8.30 -8.40 2 подгруппа 8.50 -9.00 | 8.30 – 8.45 | 8.30 – 8.45 | 8.30 – 8.45 |
| | 2 занятие | | 15.10-15.25 (в пятницу 10.50-11.05 на улице) | 15.10 - 15.25 (в пятницу 10.50-11.05 на улице) | 15.15-15.30 (в пятницу10.50-11.05 на улице) |
| 7. | Второй завтрак | 8.50 – 9.15 | | | |
| 8. | Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. | 9.30 – 9.50 9.50 – 11.00 | 9.15 - 11.10 | 9.15 - 11.10 | 9.15 - 11.10 |
| 9. | Возвращение с прогулки, игры. Подготовка к обеду. | 11.00 – 11.25 | 11.10-11.30 | 11.10-11.30 | 11.10-11.30 |
| 10. | Обед | 11.25 -11.40 | 11.30 – 11.50 | 11.30 – 11.50 | 11.30 – 11.50 |
| 11. | Подготовка ко сну. Дневной сон. | 11.40 – 14.45 | 11.50 – 14.50 | 11.50 – 14.50 | 11.50 – 14.50 |
| 12. | Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры. | 14.45 - 15.00 | 14.50 -15.05 | 14.50 – 15.05 | 14.50 – 15.05 |
| 14 | Образовательная деятельность. | 15.05 -15.15 | 15.25-15.40 | 15.05-15.25 | 15.05-15.25 |
| 15. | Игры .Самостоятельная деятельность | | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 |
| 16. | Уплотнённый полдник. | 15.35 – 16.00 | 15.40 - 16.05 | 15.40 – 16.05 | 15.40 – 16.05 |
| 17. | Вечерний круг. Организация игровой деятельность, игры, прогулка, уход детей домой. Кружковая работа. | 16.00 – 18.00 | 16.05 – 18.00 | 16.05 – 18.00 | 16.05 – 18.00 |

