

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

Принято  
на заседании Педагогического совета  
протокол №2

от «27» августа 2020 г



УТВЕРЖДЕНО:  
Заведующий МАДОУ  
Лотфуллина Г.И.  
Введено в действие на основании  
приказ № 114 от «27 » августа 2020г.

**Режим дня на холодный период  
МАДОУ «Детский сад №93»НМР РТ  
на 2020-2021 учебный год**

г. Нижнекамск

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД**

	Режимные моменты	средняя гр № 2	средняя гр.№10	средняя гр № 12	средняя гр.№13
1.	Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность, прогулка.	6.00 – 7.40	6.00 – 7.40	6.00 – 7.40	6.00 – 7.40
2.	Утренняя гимнастика.	7.35 - 7.40	7.40 - 7.45	7.35 - 7.40	7.40 - 7.45
3.	Игры. Подготовка к завтраку.	7.40 – 7.50	7.45-7.50	7.40 – 7.50	7.45-7.50
4.	Завтрак	<b>7.50 – 8.05</b>	<b>7.50 – 8.05</b>	<b>7.50 – 8.05</b>	<b>7.50 – 8.05</b>
5.	Утренний круг	8.05 – 8.25	8.05 – 8.25	8.05 – 8.25	8.05 – 8.30
6.	Подготовка к ОД, игровая деятельность.	8.25-8.30	8.25-8.30	8.25-8.30 <i>(во вторник 8.30-9.00)</i>	8.25-8.30 <i>(во вторник и четверг 8.50-9.30)</i>
6.	образовательная деятельность 1-занятие	8.30 – 8.50 <i>(в понедельник в 9.00-9.20)</i>	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50 <i>(во вторник 9.00-9.20)</i>	8.30 – 8.50
	2-занятие	9.00 -- 9. 20 <i>(в четверг 11.00-11.20 на улице ,в понедельник и среду 15.15-15.35)</i>	8.50-9.10 <i>(во вторник 11.00-11.20 на улице, в понедельник и среду 15.45-16.05 )</i>	8.50 - 9. 10 <i>(во вторник 11.00-11.20 на улице, во вторник и четверг 15.15-15.35)</i>	8.50-9.10 <i>(в четверг 11.00-11.20 на улице, во вторник и четверг 9.30-9.50)</i>
7.	Игры, второй завтрак, подготовка к прогулке.	<b>9.20– 9.45</b> <i>(в четверг 8. 50.-9.45)</i>	<b>9.20– 9.45</b> <i>(в четверг 8. 50.-9.45)</i>	<b>9.20– 9.45</b>	<b>9.20– 9.45</b> <i>(в четверг 8. 50.-9.45, во вторник и четверг 9.50-10.05 )</i>
8.	Прогулка.	9.45 -11.30	9.45 -11.30	9.45 -11.30	9.45 -11.30 <i>(во вторник и четверг 10.05-11.30 )</i>
9.	Возвращение с прогулки, игры. Подготовка к обеду.	11.30 – 11 50	11.30 – 11 50	11.30 – 11 50	11.30 – 11 50
10.	Обед	<b>11.50-12.10</b>	<b>11.50-12.10</b>	<b>11.50-12.10</b>	<b>11.50-12.10</b>
11.	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.10 – 14.40	12.10 – 14.40	12.10 – 14.40	12.10 – 14.40
12.	Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры.	14.40 – 15.00	14.40 – 15.00	14.40 – 15.00	14.40 – 15.00
13.	Подготовка к полднику, полдник.	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
14.	Образовательная деятельность/ Кружковая работа.	15.15-15.35 <i>( в понедельник, среду)</i>	15.15-15.35 <i>(15.45-16.05 в понедельник, среду)</i>	15.15-15.35 <i>(во вторник и четверг)</i>	-
15.	Игры .Самостоятельная деятельность	15.15-16.15	15.15-16.15 <i>(15.15-15.45 в понедельник, среду)</i>	15.10-16.15	15.10-16.15
16.	Вечерний круг	16.15-16.25	16.15-16.25	16.15-16.25	16.15-16.25
17.	Игры. Подготовка к ужину.	<b>16.25 – 16.35</b>	<b>16.25 – 16.35</b>	<b>16.25 – 16.35</b>	<b>16.25 – 16.35</b>
18.	Ужин.	16.35-16.55	16.35-16.55	16.35-16.55	16.35-16.55
19.	Организация игровой деятельность,подготовка к прогулке,вечерняя прогулка, уход детей домой.	16.55 – 18.00	16.55 – 18.00	16.55 – 18.00	16.55 – 18.00

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД**

	Режимные моменты	старшая гр.№8	старшая гр. №9	старшая гр.№11	старшая гр. №14
1.	Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность, игры, прогулка.	6.00 – 7.50	6.00 – 7.50	6.00 – 7.45	6.00 – 7.45
2.	Утренняя гимнастика(улица)	7.45-7.50	7.50-7.55	7.45-7.50	7.50-7.55
3.	Подготовка к завтраку.	7.50-8.00	7.55-8.00	7.50-8.00	7.55-8.00
4.	Завтрак	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10
5.	Утренний круг. Подготовка к ОД, игровая деятельность.	<b>8.10-8.30</b> <i>(в понедельник 8.50-9.30, в среду 8.50-9.40, в четверг 10.15-10.30)</i>	<b>8.10-8.30</b> <i>(в понедельник 8.50-9.50, во вторник 8.50-10.00, в среду 10.25-10.40)</i>	<b>8.10-8.30</b> <i>(в понедельник 10.15-10.30, в пятницу 8.50-9.40)</i>	<b>8.10-8.30</b> <i>(в понедельник 10.15-10.30)</i>
6.	образовательная деятельность	<b>8.30-8.55</b> <i>(в четверг 10.30-10.55)</i>	<b>8.30-8.55</b> <i>(в среду 10.40-11.00)</i>	<b>8.30-8.55</b> <i>(в понедельник 10.30-10.55)</i>	<b>8.30-8.55</b> <i>(в понедельник 10.30-10.50)</i>
	1-занятие	<b>9.05-9.25</b> <i>(в понедельник 9.30-9.55, в среду 9.40-10.05, в четверг 11.10-11.30)</i>	<b>9.05-9.25</b> <i>(в понедельник 9.50-10.05, во вторник 10.00-10.25, в среду 11.15-11.40, в четверг 11.10-11.35 (y))</i>	<b>9.05-9.25</b> <i>(в понедельник 11.10-11.30, в пятницу 9.45-10.05)</i>	<b>9.05-9.25</b> <i>(в понедельник 11.05-11.30)</i>
	2-занятие	<b>15.15-15.40</b> <i>(во вторник, в среду, в пятницу)</i>	<b>15.15-15.40</b> <i>(в понедельник, в четверг, в пятницу)</i>	<b>15.15-15.40</b> <i>(во вторник, в четверг, в пятницу)</i>	<b>15.15-15.40</b> <i>(во вторник, в среду, в четверг)</i>
3-занятие	<b>9.25-10.15</b> <i>(в понедельник 9.55-10.15, в среду 10.05-10.20, в четверг 8.30-8.45)</i>	<b>9.20-10.15</b> <i>(в понедельник 10.15-10.30, во вторник 10.25-10.40, в среду 8.30-8.45, в четверг 8.50-10.15)</i>	<b>9.25-10.15</b> <i>(в понедельник 8.30-8.45, в пятницу 10.05-10.20)</i>	<b>9.25-10.15</b> <i>(в понедельник 8.30-8.45)</i>	
7.	Игры, второй завтрак, подготовка к прогулке.	<b>10.15 - 11.45</b> <i>(в среду 10.20- 11.45, в четверг 8.45 -10.15 )</i>	<b>10.15 - 11.45</b> <i>(в понедельник 10.30-11.45, во вторник 10.40-11.45, в среду 8.45- 10.25)</i>	<b>10.15 - 11.45</b> <i>(в понедельник 8.45 -10.15, пятницу 10.20-11.45)</i>	<b>10.15 - 11.45</b> <i>(в понедельник 8.45 -10.15)</i>
8.	Прогулка.	11.45 – 12.00 <i>(в четверг 11.30-12.00)</i>	11.45 – 12.00 <i>(в среду 11.40-12.00)</i>	11.45 – 12.00 <i>(в понедельник 11.30-12.00)</i>	11.45 – 12.00 <i>(в понедельник 11.30-12.00)</i>
9.	Возвращение с прогулки, игры. Подготовка к обеду.	<b>12.00-12.20</b>	<b>12.00-12.20</b>	<b>12.00-12.20</b>	<b>12.00-12.20</b>
10.	Обед	12.20 – 14.40	12.20 – 14.40	12.20 – 14.40	12.20 – 14.40
11.	Подготовка ко сну . Дневной сон.	14.40 – 14.50	14.40 – 14.50	14.40 – 14.50	14.40 – 14.50
12.	Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры.	14.50 – 15.00	14.50 – 15.00	14.50 – 15.00	14.50 – 15.00
13.	Подготовка к полднику, полдник.	15.00-15.15 <i>(во вторник, в среду, в пятницу)</i>	15.00-15.15 <i>(в понедельник, в четверг, в пятницу)</i>	15.00-15.15 <i>(во вторник, в четверг, в пятницу)</i>	15.00-15.15 <i>(во вторник, в среду, в четверг)</i>
14.	Подготовка к ОД	15.15-15.40 <i>(во вторник, в среду, в пятницу)</i>	15.15-15.40 <i>(в понедельник, в четверг, в пятницу)</i>	15.15-15.40 <i>(во вторник, в четверг, в пятницу)</i>	15.15-15.40 <i>(во вторник, в среду, в четверг)</i>
15.	Образовательная деятельность/ Кружковая работа.	15.00-16.20 <i>(во вторник, в среду, в пятницу 15.40-16.20)</i>	15.00-16.20 <i>(в понедельник, в четверг, в пятницу 15.40-16.20)</i>	15.00-16.20 <i>(во вторник, в четверг, в пятницу 15.40-16.20)</i>	15.00-16.20 <i>(во вторник, в среду, в четверг 15.40-16.20)</i>
16.	Игры .Самостоятельная деятельность.	16.20 – 16.30	16.20 – 16.30	16.20 – 16.30	16.20 – 16.30
17.	Вечерний круг.	16.30 – 16.40	16.30 – 16.40	16.30 – 16.40	16.30 – 16.40
18.	Подготовка к ужину.	<b>16.40-17.00</b>	<b>16.40-17.00</b>	<b>16.40-17.00</b>	<b>16.40-17.00</b>
19.	Ужин.	17.00 – 18.00	17.00 – 18.00	17.00 – 18.00	17.00 – 18.00
20.	Организация игровой деятельность, подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой.				

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД**

	<b>Режимные моменты</b>	<b>подготов.гр. №1</b>	<b>подготов.гр.№6</b>	<b>подготов.гр.№3</b>	<b>подготов.гр.№7</b>
1.	<b>Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность, игры, прогулка.</b>	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00
2.	<b>Утренняя гимнастика(улица)</b>	7.50-7.55	7.50-7.55	7.50-7.55	7.50-7.55
3.	<b>Игры. Подготовка к завтраку.</b>	7.55-8.00	7.55-8.00	7.55-8.00	7.55-8.00
4.	<b>Завтрак</b>	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10
5.	<b>Утренний круг. Подготовка к ОД, игровая деятельность. Второй завтрак</b>	8.10-8.30 <i>(в понедельник 10.15-10.30,11.00-11.40, во вторник 10.35-10.50,в среду 9.40-10.05)</i>	8.10-8.30 <i>(в четверг ,в пятницу 10.15-10.30,в четверг 11.00-11.40)</i>	8.10-8.30 <i>( в среду 9.00-9.35, во вторник, в пятницу 10.15-10.30)</i>	8.10-8.30 <i>(в понедельник 9.40-10.05, во вторник, в четверг 10.15-10.30)</i>
6.	<b>образовательная деятельность 1-занятие</b>	<b>8.30 – 9.00</b> <i>(в понедельник 10.30-11.00, во вторник 10.50-11.20)</i>	<b>8.30 – 9.00</b> <i>(в четверг 10.30-11.00)</i>	<b>8.30 – 9.00</b> <i>(во вторник, в пятницу 10.30-11.00)</i>	<b>8.30 – 9.00</b> <i>(во вторник,в четверг 10.30-11.00)</i>
	<b>2-занятие</b>	<b>9.10-9.40</b> <i>(в понедельник 11.40-12.10, во вторник 11.30-12.00)</i>	<b>9.10-9.40</b>	<b>9.10-9.40</b> <i>(в среду 9.35-10.05, во вторник 11.15-11.45, в пятницу 11.10-11.40)</i>	<b>9.10-9.40</b> <i>(во вторник, в четверг11.10-11.40)</i>
	<b>3-занятие</b>	<b>9.50-10.20</b> <i>(в среду 10.05-10.35)</i>	<b>9.50-10.20</b> <i>(в среду 11.20-11.50(улица), в четверг 11.40-12.10)</i>	<b>9.50-10.20</b> <i>(в среду 11.20-11.50 (у))</i>	<b>9.50-10.20</b> <i>(в понедельник 10.05-10.35, в пятницу 11.20-11.50(улица),</i>
	<b>4 - занятие</b>	<b>15.15-15.45</b> <i>(в понедельник, во вторник , в четверг, в пятницу)</i>	<b>15.15-15.45</b> <i>(в понедельник, в четверг, в пятницу)</i>	<b>15.15-15.45</b> <i>(во вторник,в среду, в пятницу)</i>	<b>15.15-15.45</b> <i>(во вторник, в четверг , в пятницу)</i>
7.	<b>Игры, подготовка к прогулке.</b>	<b>10.20– 10.30</b> <i>(в понедельник, во вторник 8.30 -8.45, в среду 10.35-10.50)</i>	<b>10.20– 10.30</b> <i>(в среду 9.40-10.30, в четверг,в пятницу 8.30-8.45 )</i>	<b>10.20– 10.30</b> <i>(в среду 10.05 -10.30, во вторник, в пятницу 8.30-8.45)</i>	<b>10.20– 10.30</b> <i>(в понедельник 10.35-10.45, в пятницу 9.40-10.30)</i>
8.	<b>Прогулка.</b>	<b>10.30 - 12.00</b> <i>(в понедельник 8.45 -10.15,во вторник 8.45-10.35, в среду 10.50-12.00)</i>	<b>10.30 – 12.00</b> <i>(в четверг, в пятницу 8.45 -10.15)</i>	<b>10.30 – 12.00</b> <i>(во вторник, в пятницу 8.45-10.15)</i>	<b>10.30 – 12.00</b> <i>(в понедельник 10.45-12.00, во вторник, в четверг 8.45-10.15 )</i>
9.	<b>Возвращение с прогулки, подготовка к обеду.</b>	<b>12.00 – 12.10</b> <i>(во вторник 12.00-12.20)</i>	<b>12.00 – 12.10</b> <i>(в пятницу 11.40-12.20)</i>	<b>12.00 – 12.10</b> <i>(во вторник 11.45-12.20, в пятницу 11.40-12.20)</i>	<b>12.00 – 12.10</b> <i>(во вторник, в четверг 11.40-12.20)</i>
10.	<b>Обед</b>	<b>12.10 - 12.30</b>	<b>12.10 - 12.30</b>	<b>12.10 - 12.30</b>	<b>12.10 - 12.30</b>
11.	<b>Подготовка ко сну. Дневной сон.</b>	12.30 – 14.40	12.30 – 14.40	12.30 – 14.40	12.30 – 14.40
12.	<b>Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры.</b>	14.40 – 14.50	14.40 – 14.50	14.40 – 14.50	14.40 – 14.50
13.	<b>Подготовка к полднику, полдник.</b>	14.50 – 15.00	14.50 – 15.00	14.50 – 15.00	14.50 – 15.00
14.	<b>Игры .Самостоятельная деятельность. Подготовка к ОД</b>	15.00-16.35 <i>(в понедельник, во вторник , в четверг, в пятницу15.00-15.15)</i>	15.10-16.35 <i>(в понедельник, в четверг ,в пятницу 15.00-15.15)</i>	15.10-16.35 <i>(во вторник,в среду, в пятницу15.00-15.15)</i>	15.10-16.35 <i>(во вторник,в четверг , в пятницу15.00-15.15)</i>
15.	<b>Образовательная деятельность/ Кружковая работа.</b>	15.15-15.45 <i>(в понедельник, во вторник , в четверг, в пятницу)</i>	15.15-15.45 <i>(в понедельник, в четверг, в пятницу)</i>	15.15-15.45 <i>(во вторник,в среду, в пятницу)</i>	15.15-15.45 <i>(во вторник,в четверг , в пятницу)</i>
16.	<b>Вечерний круг. Подготовка к ужину.</b>	16.35-16.45 <i>(в понедельник, во вторник , в четверг, в пятницу 15.45-16.45)</i>	16.35-16.45 <i>(в понедельник, в четверг, в пятницу 15.45-16.45 )</i>	16.35-16.45 <i>(во вторник,в среду, в пятницу15.45-16.45 )</i>	16.35-16.45 <i>(во вторник,в четверг , в пятницу15.45-16.45 )</i>
17.	<b>Ужин.</b>	<b>16.45 - 17.00</b>	<b>16.45 - 17.00</b>	<b>16.45 - 17.00</b>	<b>16.45 - 17.00</b>
18.	<b>Организация игровой деятельность ,игры, уход детей домой.</b>	17.00 – 18.00	17.00 – 18.00	17.00 – 18.00	17.00 – 18.00

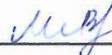
### РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

	Режимные моменты	2 млад.гр №4	2 млад.гр №5
1.	Прием, осмотр, измерение температуры, самостоятельная игровая деятельность ,игры.	6.00 – 7.30	6.00 – 7.30
2.	Утренняя гимнастика.	7.30 - 7.35	7.30 - 7.35
3.	Игры. Подготовка к завтраку.	7.35 – 7.45	7.35 – 7.45
4.	Завтрак	7.45 - 8.05	7.45 - 8.05
5.	Утренний круг . Подготовка к ОД	8.05– 8.30	8.05 – 8.30
6.	образовательная деятельность -1	<b>8.30 – 8.45</b>	<b>8.30 – 8.45</b>
	<b>2</b>	<b>8.55-9.10</b> <i>(в понедельник 10.50-11.05 на улице, во вторник, четверг, в среду, пятницу 15.15-15.30)</i>	<b>8.55-9.10</b> <i>(в понедельник 10.50-11.05 на улице, во вторник и четверг 15.40-15.55, в среду и пятницу 15.15-15.30)</i>
7.	Игры, подготовка к прогулке. Второй завтрак	9.10 – 9.40 <i>(в понедельник 8.45 -9.40)</i>	9.00 – 9.40 <i>( в понедельник 8.55 -9.30)</i>
8.	Прогулка.	9.40 - 11.10	9.40 - 11.10
9.	Возвращение с прогулки, игры. Подготовка к обеду.	11.10-11.35	11.10-11.35
10.	Обед	<b>11.35 – 11.45</b>	<b>11.35 – 11.55</b>
11.	Подготовка ко сну . Дневной сон.	11.55 – 14.40	11.55 – 14.40
12.	Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры.	14.40 -15.00	14.40 – 15.00
13.	Подготовка к полднику, полдник.	15.00-15.15	15.00-15.15
14.	Образовательная деятельность/ Кружковая работа.	<i>(во вторник, четверг, в среду, пятницу 15.15-15.30)</i>	<i>(во вторник и четверг 15.40-15.55, в среду и пятницу 15.15-15.30)</i>
15.	Игры .Самостоятельная деятельность	15.15-16.10 <i>(во вторник, четверг, в среду, пятницу 15.30-16.10)</i>	15.15-16.10 <i>(во вторник и четверг 15.15-15.40, 15.15-16.10)</i>
16.	Вечерний круг. Подготовка к ужину.	16.10 – 16.25	16.10 – 16.25
17.	Ужин.	<b>16.25 - 16.45</b>	<b>16.25-16.45</b>
18.	Организация игровой деятельность ,игры, прогулка, уход детей домой.	16.45 – 18.00	16.45 – 18.00

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 2.4.1 3049-13

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

\*согласно Сан.ПиНа 2.4.1 3049-13 пункта 11.5 рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки дошкольной организацией в зависимости от климатических условиях.

Зам.зав.по воспитательно-образовательной работе МАДОУ №93  Маркова Л.В.

Старшая медсестра МАДОУ №93  Виноградова О.П.

