Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 100 _____ Ф.М.Гилазиева

Режим дня на холодный период МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 100 Эврика» НМР РТ на 2023 – 2024 учебный год

№ п/п	Режимные моменты	младшая группа № 1	младшая группа № 2	младшая группа № 3	младшая группа № 4	младшая группа № 13	младшая группа № 14	Средняя группа № 5
		Дома						
1	Утренний туалет	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00
		Дошкольное учреждение						
2	Прием детей, осмотр, игры, утренняя прогулка, подготовка к утренней гимнастике	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30
3	**Утренняя гимнастика.**	**07.20 -07.30**	**07.20 -07.30**	**07.20 - 07.30**	**07.20 - 07.30**	**07.20-07.30**	**07.20-07.30**	**07.30 - 07.40**
4	Подготовка к завтраку, **завтрак**	**07.30 - 08.00**	**07.30 - 08.00**	**07.30 - 08.00**	**07.30 - 08.00**	**07.30-08.00**	**07.30-08.00**	**07.40-08.10**
5	Утренний круг. Самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	08.00 -08.30	08.00 -08.30	08.00 -08.30	08.00 -08.30	08.00 -08.30	08.10 -08.30	08.10 -08.30
6	Совместная организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы и самостоятельную деятельность)	08.30-08.45 08.55-09.10	08.30-08.45 08.55-09.10	08.30-08.45 08.55-09.10	08.30-08.45 08.55-09.10	08.30-08.45 08.55-09.10	08.30-08.45 08.55-09.10	08.30-08.50 09.00-09.20
7	Второй завтрак	09.10-09.20	09.10-09.20	09.10-09.20	09.10-09.20	09.10-09.20	09.10-09.20	09.20-09.25
8	Подготовка к прогулке. **Прогулка (игры, наблюдения, труд)**	09.20- 11.10	09.20- 11.10	09.20- 11.10	09.20- 11.10	09.20- 11.10	09.20- 11.10	09.25- 11.20 (ООД вт., чт,пт. 08.10-08.30)
9	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10- 11.25	11.10- 11.25	11.10- 11.25	11.10- 11.25	11.10- 11.25	11.10- 11.25	11.20- 11.40
10	Подготовка к обеду. **Обед**	**11.25- 11.45**	**11.25- 11.45**	**11.25- 11.45**	**11.25- 11.45**	**11.25- 11.45**	**11.25- 11.45**	**11.40-12.00**
11	Спокойные игры, подготовка ко сну. **Дневной сон.**	**11.45-14.50**	**11.45-14.50**	**11.45-14.50**	**11.45-14.50**	**11.45-14.50**	**11.45-14.50**	**12.00-14.50**
12	Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
13	Вечерний круг, ООД, самостоятельная деятельность	15.00-15.45	15.00-15.45	15.00-15.45	15.00-15.45	15.00-15.45	15.00-15.45	15.00- 15.50
14	**Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина**	**15.45- 16.05**	**15.45- 16.05**	**15.45- 16.05**	**15.45- 16.05**	**15.45- 16.05**	**15.45- 16.05**	**15.50-16.10**
15	Игры, дополнительное образование, ООД, прогулка, уход детей домой	16.05-18.00	16.05-18.00	16.05-18.00	16.05-18.00	16.05-18.00	16.05-18.00	16.10-18.00
		Дома						
16	Прогулка	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15
17	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15
18	Укладывание, ночной сон	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30

№ п/п	Режимные моменты	Средняя группа № 6	Средняя группа № 7	Средняя группа № 8	Старшая группа № 9	Старшая группа № 10	Подг.к школе группа № 11	Подг.к школе группа № 12
1	Утренний туалет	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00	05.30 – 06.00
				Дошкольное учреждение				
2	Прием детей, осмотр, игры, утренняя прогулка, подготовка к утренней гимнастике	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30	06.00 – 07.30
3	**Утренняя гимнастика.**	**07.30 - 07.40**	**07.30 – 07.40**	**07.30 – 07.40**	**07.40 – 07.50 (улица)**	**07.40 – 07.50 (улица)**	**07.45 – 07.55 (улица)**	**07.45 – 07.55 (улица)**
4	Подготовка к завтраку, **завтрак**	**07.40-08.00**	**07.40-08.00**	**07.40-08.00**	**07.50-08.10**	**07.50-08.10**	**07.55-08.15**	**07.55-08.15**
5	Утренний круг. Самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	08.00 -08.30	08.00 -08.30	08.00 -08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	08.15-08.30	08.15-08.30
6	Совместная организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы и самостоятельную деятельность)	08.30-08.50 09.00-09.20	08.30-08.50 09.00-09.20	08.30-08.50 09.00-09.20	08.30-08.55 09.05-09.30	08.30-08.55 09.05-09.30	08.30-09.00 09.10-09.40 09.50-10.20	08.30-09.00 09.10-09.40 09.50-10.20
7	Второй завтрак	09.20-09.25	09.20-09.25	09.20-09.25	09.30-09.35	09.30-09.35	09.40-09.45	09.40-09.45
8	Подготовка к прогулке**. Прогулка (игры, наблюдения, труд)**	09.25- 11.20 (ООД пн.09.30-09.50, пт.09.30-09.50)	09.25- 11.20 (ООД пн.10.20-10.40, чт.08.10-08.30)	09.25- 11.20 (ООД ср.10.20-10.50)	09.35-11.45 (ООД чт.10.00-10.25)	09.35-11.45 (ООД пт.10.10-10.35)	10.20-11.45 (ООД чт 10.05-10.35)	10.20-11.45 (ООД ср.10.00-10.30)
9	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20- 11.40	11.20- 11.40	11.20- 11.40	11.45-12.00	11.45-12.00	11.45-12.15	11.45-12.15
10	Подготовка к обеду**. Обед**	**11.40-12.00**	**11.40-12.00**	**11.40-12.00**	**12.00-12.30**	**12.00-12.30**	**12.15-12.35**	**12.15-12.35**
11	Спокойные игры, подготовка ко сну. **Дневной сон.**	**12.00-14.50**	**12.00-14.50**	**12.00-14.50**	**12.30-15.00**	**12.30-15.00**	**12.35-15.00**	**12.35-15.00**
12	Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
13	Вечерний круг, ООД, самостоятельная деятельность	15.00- 15.50	15.00- 15.50	15.00- 15.50	15.10-16.00	15.10-16.00	15.10-16.05	15.10-16.05
14	**Подготовка к полднику, полдник «уплотненный» с включением блюд ужина**	**15.50-16.10**	**15.50-16.10**	**15.50-16.10**	**16.00-16.20**	**16.00-16.20**	**16.05-16.25**	**16.05-16.25**
15	Игры, дополнительное образование, ООД, прогулка, уход детей домой	16.10-18.00	16.10-18.00	16.10-18.00	16.20-18.00	16.20-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00
				Дома				
16	Прогулка	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15	18.00- 19.15
17	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15	19.15- 20.15
18	Укладывание, ночной сон	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30	20.15 – 05.30

Пояснительная записка

Режим дня на холодный период составлен на основании Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

В старших и подготовительных к школе группах зарядка проводится на свежем воздухе (в зависимости от погодных условий). В группе № 7 в понедельник, группе № 8 в среду, в группе № 10 в пятницу № 11 в четверг, в группе № 12 в среду прогулка осуществляется сразу после завтрака