

Согласовано:  
 Старшая м/с МАДОУ  
 «Детский сад №93 «Эллюки» НМР РТ  
 О.П. Виноградова

Утверждаю:  
 Заведующий МАДОУ  
 «Детский сад №93 «Эллюки» НМР РТ  
 Г.И. Лотфуллина

Принято:  
 на педсовете протокол № 6 от «28» мая 2026 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**для детей с 12-ти часовым пребыванием**  
**на летний оздоровительный период 2025-2026 учебный год.**

	I младшая группа (2-3)	II младшая группа (3-4)	Средняя Группа (4-5)	Старшая группа (5-6)	Подготовительная к школе группа (6-7)
Утренняя прогулка. Прием, осмотр, игры, труд.	6.00 – 7.10	6.00-7.20	6.00-7.30	6.00 – 7.35	6.00 - 7.40
Утренняя гимнастика на участке.	7.00 – 7.10 1ч 10 мин	7.10 – 7.20 1ч. 20 мин	7.20 -7.30 1ч.30мин	7.25 – 7.35 1 ч.35мин	7.30 – 7.40 1 ч 40мин
Подготовка к завтраку.	7.10-7.25 15 мин	7.20-7.35 15 мин	7.30 – 7.45 15 мин	7.35 - 7.50 15 мин	7.40 – 7.55 15 мин
Завтрак	7.25 – 7.40 20 мин	7.35 – 7.55 20 мин	7.45 - 8.00 15 мин	7.50 - 8.05 15 мин	7.55 – 8.10 15 мин
Утренний круг. Подготовка к прогулке, к ОД.	7.40 - 8.05 35 мин	7.55 - 8.25 30 мин	8.00 - 8.20 20 мин	8.05 - 8.25 20 мин	8.10 – 8.30 20 мин
Дневная прогулка, игры, наблюдения, труд, закаливающие процедуры	8.05 - 11.10 3 часа 05 мин	8.25 – 11.10 2 часа 45 мин	8.20 - 11.25 3 часа 05 мин.	8.25 - 11.40 3 часа 15 мин.	8.30 – 11.40 3ч.10 мин
ОД (во время прогулки на улице), согласно сетке занятий ОД	1 подгр. 8.20 - 8.28 2 подгр. 8.40 - 8.48 3 занятие 15.10 – 15.20	9.15 - 9.30 (15 мин)	9.15 – 9.35 (20 мин)	9.15 – 9.40 (25 мин)	8.40 – 9.10 (30 мин)
Второй завтрак	8.50	8.55	9,00	9.05	9.15
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры, подготовка к обеду	11.10 - 11.25 15 минут	11.10 - 11.30 20 минут	11.25 - 11.40 15 минут	11.40 - 11.55 15 минут	11.40 – 11.55 15 мин
Обед	11.25-11.50 25 мин	11.30-11.55 25мин	11.40 - 12.05 25 мин	11.55 - 12.15 25 минут	11.55 – 12.20 25 мин
Подготовка ко сну. Дневной сон	11.50 - 12.00 12.00 - 15.00 3 часа 00 мин	11.55 - 12.05 12.05 – 15.05 3 часа	12.05 - 12.15 12.15 - 14.45 2 часа 30 мин	12.15 – 12.20 12.20 - 15.00 2 часа 40 мин	12.20 – 12.30 12.30 – 15.00 2 часа 30 мин
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к ужину.	15.00-15.10 20 мин	15.05 - 15.30 20 мин	14.45 - 15.00 15 мин	15.00-15.10 10 мин	15.00 – 15.15 15 мин
Вечерний круг. Свободные игры детей на воздухе.	-	-	15.00 – 15.30 30 мин	15.10 – 15.40 30 мин	15.15 – 15.45 30 мин
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры, подготовка к уплотненному	-	-	15.30 - 15.40 10 мин	15.40 - 15.50 10 мин	15.45 – 15.55 10 мин
Уплотненный полдник	15.20-15.40 20 мин	15.30-15.50 20 мин	15.40-16.00 20 мин	15.50-16.10 20 минут	15.55 – 16.15 20 мин
Подготовка к прогулке	15.40 - 15.55 15 мин	15.50 – 16.05 15мин	16.00 - 16.15 15 мин	16.10 - 16.25 15 мин	16.15 – 16.30 15 мин
Вечерняя прогулка ( хороводные игры, наблюдения, оздоровительный бег), игры, уход детей домой	15.55 - 18.00 2 часа 05 мин	16.05 - 18.00 1 час 55 мин	16.15 - 18.00 1 час 45мин	16.25 - 18.00 1 ч 35 мин	16.30 - 18.00 1 ч 30 мин
Всего « прогулка» за день.	6 ч 20 мин	6 ч 00 мин	6 ч 50мин	6 ч 55 мин	6 ч 50 мин

- Режим дня разработан в соответствии с утверждением и введением в действие ФГОС (Приказ МОиН РФ №1155 от 17.10.2013г., руководствуясь образовательной программой ДО МАДОУ №93 (разработанной на основе ФОП);
- 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.
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2.

Заместитель заведующего по воспитательно - методической работе.  
 МАДОУ «Детский сад №93 «Эллюки» НМР РТ И.А. Поликарпова