

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 94 «Соенеч» Нижнекамского муниципального района РТ

Принято педагогическим
советом МБДОУ №94
«Соенеч»: протокол № 1
от « 28 » 08 2025 г.



Утверждено
Заведующий МБДОУ №94
«Соенеч»: Р.М. Ахметгалиева
Приказ № 1/08-08.08 2025 г.



Режим дня на холодный период
МБДОУ «Детский сад № 94 «Соенеч» НМР РТ
на 2025-2026 учебный год

Первые, вторые младшие и средние группы.

№ п/п	Режимные моменты	Первые младшие группы	Вторые младшие группы	Средние группы
1.	Прием детей, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, прогулка, игры	06.00-07.20	06.00-07.20	06.00 – 07.25
2.	Утренняя гимнастика (средние группы по графику утренней гимнастики)	7.20-07.30 (в группе)	07.20-07.30 (в группе)	07.20- 07.35 (муз./физ.зал)
3.	Подготовка к завтраку	07.30-07.35	07.30-07.35	07.35 – 07.40
4.	Завтрак 1	07.35-07.55	07.35-07.55	07.40 – 07.55
5.	Утренний круг	07.55-08.05	07.55-08.05	07.55 – 08.05
6.	Подготовка к ОД	08.05-08.10	08.05-08.10	08.05 -08.10
7.	ОД (с учетом перерыва между ними 10 мин.)**	08.10-08.20 08.30-08.40 (по подгруппам)	08.10-08.25 08.35-08.55	08.10 – 08.30 08.40 – 09.00
8.	Завтрак 2	08.40-08.50	08.55-09.05	09.00-09.10
9.	Подготовка к прогулке	08.50 - 09.05	09.05 - 09.15	09.10-09.20
10.	Прогулка***	09.05-11.05	09.15-11.15	09.20 -11.30
11.	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	11.05-11.15	11.15-11.25	11.30 – 11.50
12.	Обед	11.15-11.35	11.25-11.40	11.50-12.10
13.	Подготовка ко сну	11.35 – 11.45	11.40 – 11.50	12.10-12.20
14.	Дневной сон****	11.45– 14.45	11.50 – 14.50	12.20 – 14.50
15.	Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры	14.45 -15.00	14.50 -15.00	14.50 – 15.00
16.	Образовательная деятельность (по расписанию ОД), дополнительная деятельность	15.00-15.10 15.20-15.30 (по подгруппам)	15.00-15.15	15.00- 15.20
17.	Подготовка к уплотненному полднику	15.30-15.35	15.15-15.30	15.20-15.30
18.	Уплотненный полдник	15.35-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
19.	Вечерний круг	15.45-15.55	15.45-15.55	15.45-15.55
20.	Чтение художественной литературы*****	15.55-16.10	15.55-16.15	15.55-16.20
21.	Самостоятельная деятельность, игры	16.10-17.00	16.15-17.00	16.20-17.00
22.	Прогулка, игры, уход детей домой	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00

Старшие и подготовительные группы.

№ п/п	Режимные моменты	Старшие группы	Подготовительные к школе группы
1.	Прием детей, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, прогулка, игры	06.00 – 07.30	06.00 – 07.40
2.	Утренняя гимнастика по графику (при благоприятных климатических условиях проводят на участке)	07.30 - 07.40 (муз./физ.зал)	07.40 - 07.50 (муз./физ.зал)
3.	Подготовка к завтраку	07.40-07.50	07.50-08.00
4.	Завтрак 1	07.50 - 08.10	08.00 - 08.15
5.	Утренний круг	08.10-08.20	08.15-08.25
6.	Подготовка к ОД	08.20 -08.30	08.25 -08.30
7.	ОД (с учетом перерыва между ними 10 мин.)**	08.30-08.55 09.10-09.35	08.30-09.00 09.10-09.40 09.50-10.20
8.	Завтрак 2(между перерывом ОД)	09.00-09.10	09.00-09.10
9.	Подготовка к прогулке	09.35-09.45	10.20-10.30
10.	Прогулка***	09.45 - 11.50	10.30 - 12.10
11.	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	11.50 – 12.10	12.10 – 12.20
12.	Обед	12.10-12.30	12.20 - 12.40
13.	Подготовка ко сну	12.30 – 12.35	12.40 – 12.45
14.	Дневной сон****	12.35 – 15.05	12.45 – 15.10
15.	Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры	15.05 – 15.15	15.10 – 15.20
16.	Образовательная деятельность (по расписанию ОД), дополнительная деятельность	15.15-15.40	15.20-15.50
17.	Подготовка к уплотненному полднику	15.40-15.45	15.50-16.00
18.	Уплотненный полдник	15.45-16.00	16.00-16.15
19.	Вечерний круг	16.00- 16.10	16.15- 16.25
20.	Чтение художественной литературы*****	16.10 – 16.35	16.25 – 16.55
21.	Самостоятельная деятельность, игры	16.35 – 17.00	16.55 – 17.00
22.	Прогулка, игры, уход детей домой	17.00- 18.00	17.00- 18.00

*Режим дня составлен с учетом 12-ти часового пребывания воспитанников в ДОУ, является гибким. СанПиН, утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2, 1.2.3685-21и 2.3/2.4.3590-20.

** Продолжительность ОД расписано в расписании.

***Продолжительность прогулки, не менее 3 часа в день. Время выхода на прогулку может меняться в зависимости от расписания ОД.

****Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа (дошкольные гр.), 3 часа (дети от 2-3 лет)

***** Время чтения художественной литературы выставлено в режиме условно. Педагоги могут самостоятельно варьировать это время, оставляя чтение художественной литературы ежедневно обязательным