

Управление дошкольного образования  
исполнительного комитета Нижнекамского муниципального района РТ

ПРИНЯТО  
на заседании педсовета  
Протокол № 1  
от «24» 08. 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:

И.О. Заведующий МБДОУ «Детский сад  
общеразвивающего вида № 37 НМР РТ

Н.В. Якушева

Приказ № 67 от 25.08 2023г.



**РЕЖИМ ДНЯ**  
на холодный период  
**МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 37» НМР РТ**  
на 2023-2024 учебный год

г. Нижнекамск

Утверждено:  
И.О.Заведующий МБДОУ № 37 НМР РТ Н.В. Якушева  
на педагогическом совете от «24» августа 2023 г.

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2023 - 2024 УЧЕБНОГО ГОДА  
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №37» НМР РТ

| Режимные моменты                                               | мл.гр.<br>№ 1, 2, 3                      | 1 мл.гр.<br>№ 5, 8         | Средние группы<br>№ 6      | Старшая группа<br>№7                       | Подготовительные группы<br>№ 4, 9          |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------|----------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Прием, осмотр, игры<br>Подготовка к прогулке, прогулка         | 6.00 - 7.20                              | 6.00 - 7.20                | 6.00 - 7.25                | 6.00 - 6.50<br>6.50 - 7.15                 | 6.00 - 6.55<br>6.55 - 7.20                 |
| Утренняя гимнастика<br>Возвращение с прогулки                  | 7.20 - 7.30                              | 7.20 - 7.30                | 7.25 - 7.35                | 7.15-7.25<br>7.25-7.35                     | 7.20-7.30<br>7.30-7.40                     |
| Подготовка к завтраку,<br>завтрак.                             | 7.30 - 8.00                              | 7.30 - 7.55                | 7.35- 8.00                 | 7.35 - 8.00                                | 7.40 - 8.00                                |
| Утренний круг                                                  | -                                        | 7.55-8.10                  | 8.00-8.20                  | 8.00-8.15                                  | 8.00-8.15                                  |
| Игры, подготовка к ОД                                          | 8.00 - 8.30                              | 8.10 - 8.30                | 8.20 - 8.30                | 8.15 - 8.30                                | 8.15 - 8.30                                |
| ОД                                                             | 1 подг 8.30 - 8.38<br>2 подг 8.48 - 8.56 | 8.30 - 8.45<br>8.55 - 9.05 | 8.30 - 8.50<br>9.00 - 9.20 | 8.30 - 8.55<br>9.10 - 9.35<br>9.50 - 10.15 | 8.30 - 9.00<br>9.10 - 9.40<br>9.50 - 10.20 |
| Второй завтрак                                                 | 8.56-9.05                                | 9.05-9.15                  | 9.20-9.30                  | 10.15-10.25                                | 10.20-10.30                                |
| Подготовка к прогулке,<br>прогулка.                            | 9.05-10.45                               | 9.15 -11.05                | 9.30 - 11.30               | 10.25 - 11.50                              | 10.30 - 11.55                              |
| Возвращение с прогулки, игры,                                  | 10.45-11.00                              | 11.05 - 11.20              | 11.30 - 11.40              | 11.50 - 12.00                              | 11.55 - 12.05                              |
| Подготовка к обеду, обед                                       | 11.00-11.50                              | 11.20 - 12.00              | 11.40 - 12.20              | 12.00 - 12.25                              | 12.05 - 12.25                              |
| Подготовка ко сну, сон.                                        | 11.50 -14.50                             | 12.00 - 14.55              | 12.20 - 15.00              | 12.25 - 15.10                              | 12.25 - 15.10                              |
| Постепенный подъем. Закаливающие мероприятия                   | 14.50 -15.15                             | 14.55 -15.10               | 15.00 - 15.15              | 15.10 - 15.20                              | 15.10 - 15.20                              |
| ОД/Игры                                                        | 15.15-15.25                              |                            |                            |                                            |                                            |
| Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы | 15.25 - 15.35                            | 15.10 - 15.35              | 15.15 - 15.40              | 15.20 - 15.50                              | 15.20 - 15.50                              |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник        | 15.35 - 16.00                            | 15.35 - 16.00              | 15.40 - 16.05              | 15.50 - 16.10                              | 15.50 - 16.10                              |
| Вечерний круг                                                  |                                          | 16.00-16.10                | 16.05-16.15                | 16.10 -16.20                               | 16.10 -16.20                               |
| Самостоятельная деятельность детей. Кружковая работа           | 16.00 - 16.30                            | 16.10 - 16.30              | 16.15-16.40                | 16.20-16.45                                | 16.20-16.50                                |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой                    | 16.30-18.00                              | 16.30-18.00                | 16.40-18.00                | 16.45-18.00                                | 16.50-18.00                                |

**Пояснительная записка к режиму дня  
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 37» НМР РТ  
на 2023-2024 учебный год**

Режим разработан на основании с нормативными документами:

1. Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17 октября 2012г. №1155;
2. Основной образовательной программы МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №37» НМР РТ, разработанной на основе Федерального государственного стандарта дошкольного образования и Федеральной образовательной программой дошкольного образования.

- «Региональной программы “Төбәкнең мәктәпкәчә белем бирү программасы», автор Шаехова Р.К.

3. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28.
4. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.

Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно пункту 185 Гигиенических нормативов при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

На прогулку в течение дня выделено от 3 до 4 часов, время сна в первой младшей группе – 3 часа, в дошкольных группах от 2 до 2ч 30 мин.

Утренняя гимнастика при удовлетворительных погодных условиях проводится на улице.

В случае перерыва между занятиями менее 10 минут, с дошкольниками проводится индивидуальная работа по закреплению материала.

Один раз в неделю физкультурные занятия на улице (только в старших и подготовительных к школе группах) проводятся перед заходом детей в группу.