



РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2022-2023 учебного года
Разновозрастная группа № 8

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт., Пт.
		Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.05
2.	Утренняя гимнастика	07.05-07.15
3.	Утренний круг	07.15-07.25
4.	Подготовка к завтраку	07.25-07.30
5.	Завтрак	07.30-07.45
6.	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	07.45-08.00
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.00-08.08
8.	Самостоятельная деятельность	08.10-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15
10.	Второй завтрак	09.15-09.30
11.	Подготовка к прогулке	09.30-09.35
12.	Прогулка	09.35-11.00
13.	Возвращение с прогулки	11.00-11.15
14.	Подготовка к обеду	11.15-11.20
15.	Обед	11.20-11.50
16.	Подготовка ко сну	11.50-12.00
17.	Дневной сон	12.00-14.45
18.	Воздушно-водные процедуры	14.45-15.00
19.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	15.00-15.08
20.	Вечерний круг	15.08-15.18
21.	Подготовка к полднику	15.18-15.20
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.20-15.35
23.	Подготовка к прогулке	15.35-15.40
24.	Прогулка	15.40-16.35
25.	Возвращение с прогулки	16.35-16.45
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.45-18.00
		Прогулка 2.20**

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 05 августа 2022 года.

Старший воспитатель Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра Мясникова Е.В.

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2022-2023 учебного года
Вторая группа раннего возраста № 4

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт., Пт.
		Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.05
2.	Утренняя гимнастика	07.05-07.15
3.	Утренний круг	07.15-07.25
4.	Подготовка к завтраку	07.25-07.30
5.	Завтрак	07.30-07.45
6.	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	07.45-08.00
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.00-08.10
8.	Самостоятельная деятельность	08.10-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15
10.	Второй завтрак	09.15-09.30
11.	Подготовка к прогулке	09.30-09.35
12.	Прогулка	09.35-11.00
13.	Возвращение с прогулки	11.00-11.15
14.	Подготовка к обеду	11.15-11.20
15.	Обед	11.20-11.50
16.	Подготовка ко сну	11.50-12.00
17.	Дневной сон	12.00-14.45
18.	Воздушно-водные процедуры	14.45-15.00
19.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	15.00-15.10
20.	Вечерний круг	15.10-15.15
21.	Подготовка к полднику	15.15-15.20
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.20-15.35
23.	Подготовка к прогулке	15.35-15.40
24.	Прогулка	15.40-16.35
25.	Возвращение с прогулки	16.35-16.45
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.45-18.00
		Прогулка 2.20**

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра Мясникова Е.В.

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2022-2023 учебного года
Вторая группа раннего возраста № 12



№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт., Пт.
		Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.05
2.	Утренняя гимнастика	07.05-07.15
3.	Утренний круг	07.15-07.25
4.	Подготовка к завтраку	07.25-07.30
5.	Завтрак	07.30-07.45
6.	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	07.45-08.00
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.00-08.10
8.	Самостоятельная деятельность	08.10-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15
10.	Второй завтрак	09.15-09.30
11.	Подготовка к прогулке	09.30-09.35
12.	Прогулка	09.35-11.00
13.	Возвращение с прогулки	11.00-11.15
14.	Подготовка к обеду	11.15-11.20
15.	Обед	11.20-11.50
16.	Подготовка ко сну	11.50-12.00
17.	Дневной сон	12.00-14.45
18.	Воздушно-водные процедуры	14.45-15.00
19.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	15.00-15.10
20.	Вечерний круг	15.10-15.15
21.	Подготовка к полднику	15.15-15.20
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.20-15.35
23.	Подготовка к прогулке	15.35-15.40
24.	Прогулка	15.40-16.35
25.	Возвращение с прогулки	16.35-16.45
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.45-18.00
		Прогулка 2.20**

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Сам Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра МЯ Мясникова Е.В.

«Утверждаю»

Заседания МАТОУ № 82» НМР РТ

С.Б. Симачкова

2022 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2022-2023 учебного года
Младшая группа № 6



№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт.	Пятница
		Временной промежуток	Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.15	
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.25	
3.	Утренний круг	07.25-07.35	
4.	Подготовка к завтраку	07.35-07.40	
5.	Завтрак	07.40-07.55	
6.	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	07.55-08.00	
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.00-08.15 08.25-08.40	08.00-08.15
8.	Самостоятельная деятельность	08.40-08.55	08.15-08.55
9.	Подготовка ко второму завтраку	08.55-09.00	
10.	Второй завтрак	09.00-09.10	
11.	Подготовка к прогулке	09.10-09.20	
12.	Прогулка (В пятницу - непосредственно образовательная деятельность)	09.20-11.20	09.20-11.20 (09.20-09.35)
13.	Возвращение с прогулки	11.20-11.25	
14.	Подготовка к обеду	11.25-11.30	
15.	Обед	11.30-12.00	
16.	Подготовка ко сну	12.00-12.05	
17.	Дневной сон	12.05-14.35	
18.	Воздушно-водные процедуры	14.35-14.50	
19.	Самостоятельная деятельность	14.50-15.20	
20.	Подготовка к полднику	15.20-15.25	
21.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.25-15.40	
22.	Вечерний круг	15.40-15.55	
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.05	
24.	Прогулка	16.05-17.10	
25.	Возвращение с прогулки	17.10-17.20	
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.20-18.00	
		Прогулка 2.55**	

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра Мясникова Е.В.

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2022-2023 учебного года
Младшая группа № 9



№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт.	Пятница
		Временной промежуток	Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.15	
2.	Утренняя гимнастика	07.15-07.25	
3.	Утренний круг	07.25-07.35	
4.	Подготовка к завтраку	07.35-07.40	
5.	Завтрак	07.40-07.55	
6.	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	07.55-08.00	
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.00-08.15 08.25-08.40	08.00-08.15
8.	Самостоятельная деятельность	08.40-08.55	08.15-08.55
9.	Подготовка ко второму завтраку	08.55-09.00	
10.	Второй завтрак	09.00-09.10	
11.	Подготовка к прогулке	09.10-09.20	
12.	Прогулка (В пятницу - непосредственно образовательная деятельность)	09.20-11.20	09.20-11.20 (09.20-09.35)
13.	Возвращение с прогулки	11.20-11.25	
14.	Подготовка к обеду	11.25-11.30	
15.	Обед	11.30-12.00	
16.	Подготовка ко сну	12.00-12.05	
17.	Дневной сон	12.05-14.35	
18.	Воздушно-водные процедуры	14.35-14.50	
19.	Самостоятельная деятельность	14.50-15.20	
20.	Подготовка к полднику	15.20-15.25	
21.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.25-15.40	
22.	Вечерний круг	15.40-15.55	
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.05	
24.	Прогулка	16.05-17.10	
25.	Возвращение с прогулки	17.10-17.20	
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.20-18.00	
		Прогулка 2.55**	

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра Мясникова Е.В.



РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2022-2023 учебного года
Средняя группа № 5

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Чт., Пт.	Среда
		Временной промежуток	Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.20	
2.	Утренняя гимнастика	07.20-07.30	
3.	Утренний круг	07.30-07.45	
4.	Подготовка к завтраку	07.45-07.50	
5.	Завтрак	07.50-08.05	
6.	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	08.05-08.50	
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.00-08.20 08.30-08.50	08.00-08.20
8.	Самостоятельная деятельность детей	08.50-09.10	08.20-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15	
10.	Второй завтрак	09.15-09.25	
11.	Подготовка к прогулке	09.25-09.35	
12.	Прогулка (В среду - непосредственно образовательная деятельность)	09.35-11.30	09.35-11.30 (09.35-09.55)
13.	Возвращение с прогулки	11.30-11.35	
14.	Подготовка к обеду	11.35-11.40	
15.	Обед	11.40-12.10	
16.	Подготовка ко сну	12.10-12.15	
17.	Дневной сон	12.15-14.40	
18.	Воздушно-водные процедуры	14.40-14.55	
19.	Самостоятельная деятельность	14.55-15.20	
20.	Вечерний круг	15.20-15.35	
21.	Подготовка к полднику	15.35-15.40	
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.40-15.55	
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.05	
24.	Прогулка	16.05-17.20	
25.	Возвращение с прогулки	17.20-17.30	
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.30-18.00	
		Прогулка 3.10**	

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Сам **Самдарова Р.Х.**
Старшая медицинская сестра МЯ **Мясникова Е.В.**



РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период 2022-2023 учебного года
Средняя группа № 10

«Утверждаю»
Заведующий МАДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
2022 год

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт.,	Пятница
		Временной промежуток	Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.20	
2.	Утренняя гимнастика	07.20-07.30	
3.	Утренний круг	07.30-07.45	
4.	Подготовка к завтраку	07.45-07.50	
5.	Завтрак	07.50-08.05	
6.	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	08.05-08.50	
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.00-08.20 08.30-08.50	08.00-08.20
8.	Самостоятельная деятельность детей	08.50-09.10	08.20-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15	
10.	Второй завтрак	09.15-09.25	
11.	Подготовка к прогулке	09.25-09.35	
12.	Прогулка (В среду - непосредственно образовательная деятельность)	09.35-11.30	09.35-11.30 (09.35-09.55)
13.	Возвращение с прогулки	11.30-11.35	
14.	Подготовка к обеду	11.35-11.40	
15.	Обед	11.40-12.10	
16.	Подготовка ко сну	12.10-12.15	
17.	Дневной сон	12.15-14.40	
18.	Воздушно-водные процедуры	14.40-14.55	
19.	Самостоятельная деятельность	14.55-15.20	
20.	Вечерний круг	15.20-15.35	
21.	Подготовка к полднику	15.35-15.40	
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.40-15.55	
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.05	
24.	Прогулка	16.05-17.20	
25.	Возвращение с прогулки	17.20-17.30	
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.30-18.00	
		Прогулка 3.10**	

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра Мясникова Е.В.

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2022-2023 учебного года
Средняя группа № 11



«Утверждаю»
Заведующий МАДОУ № 82 НМР РТ
С. Б. Симачкова
2022 год

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт.,	Пятница
		Временной промежуток	Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-07.20	
2.	Утренняя гимнастика	07.20-07.30	
3.	Утренний круг	07.30-07.45	
4.	Подготовка к завтраку	07.45-07.50	
5.	Завтрак	07.50-08.05	
6.	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	08.05-08.50	
7.	Непосредственно образовательная деятельность в чередовании с самостоятельной деятельностью детей (по расписанию циклограммы ООД)	08.00-08.20 08.30-08.50	08.00-08.20
8.	Самостоятельная деятельность детей	08.50-09.10	08.20-09.10
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.10-09.15	
10.	Второй завтрак	09.15-09.25	
11.	Подготовка к прогулке	09.25-09.35	
12.	Прогулка (В среду - непосредственно образовательная деятельность)	09.35-11.30	09.35-11.30 (09.35-09.55)
13.	Возвращение с прогулки	11.30-11.35	
14.	Подготовка к обеду	11.35-11.40	
15.	Обед	11.40-12.10	
16.	Подготовка ко сну	12.10-12.15	
17.	Дневной сон	12.15-14.40	
18.	Воздушно-водные процедуры	14.40-14.55	
19.	Самостоятельная деятельность	14.55-15.20	
20.	Вечерний круг	15.20-15.35	
21.	Подготовка к полднику	15.35-15.40	
22.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.40-15.55	
23.	Подготовка к прогулке	15.55-16.05	
24.	Прогулка	16.05-17.20	
25.	Возвращение с прогулки	17.20-17.30	
26.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.30-18.00	
		Прогулка 3.10**	

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Сам Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра МБ Мясникова Е.В.

«Утверждаю»

Заведующий МАДОУ № 82 НМР РТ

С.Б. Симачкова

2022 год

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2022-2023 учебного года
Старшая группа № 7



№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт.	Ср., Чт., Пт.
		Временной промежуток	Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-06.50	
2.	Подготовка к прогулке	6.50-7.00	
3.	Прогулка (Утренняя гимнастика)	07.00-07.45 (07.10-07.20)	
4.	Возвращение с прогулки	07.45-07.55	
5.	Подготовка к завтраку	07.55-08.00	
6.	Завтрак	08.00-08.15	
7.	Утренний круг	08.15-08.25	
8.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	08.25-08.50 09.00-09.25	
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.25-09.30	
10.	Второй завтрак	09.30-09.40	
11.	Подготовка к прогулке	09.40-09.50	
12.	Прогулка	09.50-11.20	
13.	Возвращение с прогулки	11.20-11.30	
14.	Самостоятельная деятельность	11.30-11.50	
15.	Подготовка к обеду	11.50-11.55	
16.	Обед	11.55-12.20	
17.	Подготовка ко сну	12.20-12.25	
18.	Дневной сон	12.25-14.55	
19.	Воздушно-водные процедуры	14.55-15.05	
20.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	15.05-15.30	-
21.	Самостоятельная деятельность	-	15.05-15.30
22.	Вечерний круг	15.30-15.45	
23.	Подготовка к полднику	15.45-15.50	
24.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.05	
25.	Подготовка к прогулке	16.05-16.15	
26.	Прогулка (В среду - непосредственно образовательная деятельность)	16.15-17.00 (16.15-16.40)	
27.	Возвращение с прогулки	17.00-17.10	
28.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.10-18.00	
		Прогулка 3.00**	

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Сам Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра М Мясникова Е.В.

«Утверждаю»

Заведующий МАДОУ № 82 НМР РТ

С.Б.Симачкова

2022 год



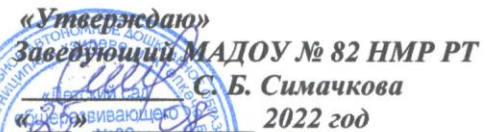
РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период 2022-2023 учебного года
Старшая группа № 13

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Ср, Чт.	Вт., Пт.
		Временной промежуток	Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-06.50	
2.	Подготовка к прогулке	6.50-7.00	
3.	Прогулка (Утренняя гимнастика)	07.00-07.45 (07.10-07.20)	
4.	Возвращение с прогулки	07.45-07.55	
5.	Подготовка к завтраку	07.55-08.00	
6.	Завтрак	08.00-08.15	
7.	Утренний круг	08.15-08.25	
8.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	08.25-08.50 09.00-09.25	
9.	Подготовка ко второму завтраку	09.25-09.30	
10.	Второй завтрак	09.30-09.40	
11.	Подготовка к прогулке	09.40-09.50	
12.	Прогулка	09.50-11.20	
13.	Возвращение с прогулки	11.20-11.30	
14.	Самостоятельная деятельность	11.30-11.50	
15.	Подготовка к обеду	11.50-11.55	
16.	Обед	11.55-12.20	
17.	Подготовка ко сну	12.20-12.25	
18.	Дневной сон	12.25-14.55	
19.	Воздушно-водные процедуры	14.55-15.05	
20.	Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию циклограммы ООД)	15.05-15.30	-
21.	Самостоятельная деятельность	-	15.05-15.30
22.	Вечерний круг	15.30-15.45	
23.	Подготовка к полднику	15.45-15.50	
24.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	15.50-16.05	
25.	Подготовка к прогулке	16.05-16.15	
26.	Прогулка	16.15-17.00	
27.	Возвращение с прогулки	17.00-17.10	
28.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.10-18.00	
		Прогулка 3.00**	

** Согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Самдарова Р.Х.
 Старшая медицинская сестра Мясникова Е.В.



Подготовительная к школе группа №

Прогулка 3.00 **

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Сам Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра М Мясникова Е.В.

92022 z00



РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период 2022-2023 учебного года

Подготовительная к школе группа № 2

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт.		Пятница
		Временной промежуток	Временной промежуток	
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-06.35		
2.	Подготовка к прогулке	06.35-06.45		
3.	Прогулка (Утренняя гимнастика)	06.45-07.55 (07.45-07.55)		
4.	Возвращение с прогулки	07.55-08.05		
5.	Подготовка к завтраку	08.05-08.10		
6.	Завтрак	08.10-08.20		
7.	Утренний круг	08.20-08.30		
8.	Самостоятельная деятельность	08.30-08.55		
9.	Непосредственно образовательная деятельность	08.55-09.25		
10.	Второй завтрак	09.30-09.40		
11.	Непосредственно образовательная деятельность (в чередовании с самостоятельной деятельностью)	09.40-10.10 10.20-10.50	09.40-10.10	
12.	Подготовка к прогулке	10.50-11.00	10.10-10.20	
13.	Прогулка (В пятницу - непосредственно образовательная деятельность)	11.00-11.50	10.20-11.50 (10.45-11.15)	
14.	Возвращение с прогулки	11.50-12.00		
15.	Подготовка к обеду	12.00-12.05		
16.	Обед	12.05-12.25		
17.	Подготовка ко сну	12.25-12.30		
18.	Дневной сон	12.30-15.00		
19.	Воздушно-водные процедуры	15.00-15.10		
20.	Самостоятельная деятельность	15.10-15.40		
21.	Вечерний круг	15.40-15.55		
22.	Подготовка к полднику	15.55-16.00		
23.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	16.00-16.15		
24.	Подготовка к прогулке	16.15-16.25		
25.	Прогулка	16.25-17.00		
26.	Возвращение с прогулки	17.00-17.10		
27.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.10-18.00		
		Прогулка 3.00 **		

** Согласно санитарно -эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Сам Сатдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра М Мясникова Е.В.

«Утверждаю»

Заведующий МАДОУ № 82 НМР РТ

С. Б. Симачкова

2022 год



РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период 2022-2023 учебного года

Подготовительная к школе группа № 3

№ п/п	Режимные моменты	Пн., Вт., Ср., Чт.		Пятница
		Временной промежуток		Временной промежуток
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	06.00-06.35		
2.	Подготовка к прогулке	06.35-06.45		
3.	Прогулка (Утренняя гимнастика)	06.45-07.55 (07.45-07.55)		
4.	Возвращение с прогулки	07.55-08.05		
5.	Подготовка к завтраку	08.05-08.10		
6.	Завтрак	08.10-08.20		
7.	Утренний круг	08.20-08.30		
8.	Самостоятельная деятельность	08.30-08.55		
9.	Непосредственно образовательная деятельность	08.55-09.25		
10.	Второй завтрак	09.30-09.40		
11.	Непосредственно образовательная деятельность (в чередовании с самостоятельной деятельностью)	09.40-10.10 10.20-10.50	09.40-10.10	
12.	Подготовка к прогулке	10.50-11.00	10.10-10.20	
13.	Прогулка (В пятницу - непосредственно образовательная деятельность)	11.00-11.50	10.20-11.50 (10.05-10.35)	
14.	Возвращение с прогулки	11.50-12.00		
15.	Подготовка к обеду	12.00-12.05		
16.	Обед	12.05-12.25		
17.	Подготовка ко сну	12.25-12.30		
18.	Дневной сон	12.30-15.00		
19.	Воздушно-водные процедуры	15.00-15.10		
20.	Самостоятельная деятельность	15.10-15.40		
21.	Вечерний круг	15.40-15.55		
22.	Подготовка к полднику	15.55-16.00		
23.	Полдник «уплотненный» с включением блюд ужина	16.00-16.15		
24.	Подготовка к прогулке	16.15-16.25		
25.	Прогулка	16.25-17.00		
26.	Возвращение с прогулки	17.00-17.10		
27.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.10-18.00		
		Прогулка 3.00 **		

** Согласно санитарно -эпидемиологическим требованиям к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) от 28.09.2020 № 28 и гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) от 28.01.2021 №2.

Режим дня разработан на основе СанПиН 1.2.3685-21, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № 1 от 25 августа 2022 года.

Старший воспитатель Самф Самдарова Р.Х.
Старшая медицинская сестра lll Мясникова Е.В.