


УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида № 40» НМР РТ


А.Д. Муратова

(приказ № 126 от «29» 08 2025г.)

Принято на педагогическом совете
(протокол № 1 от «27» 08 2025г..)

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида № 40»
Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан
на 2025-2026 учебный год

Вид деятельности	Первая младшая группа № 4 (2-3)	Вторая младшая группа № 11 (3-4)	Средняя лог группа № 8 (4-5)	Разновозрастная группа № 7 (4-6)	Старшая лог группа № 5 (5-6)
Приход детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность* в том числе на улице	6.00-7.30	6.00-7.35	6.00-7.35	6.00-7.35	6.00-7.35
	1ч. 30м	1ч. 35м	1ч. 35м	1ч. 35м	1ч. 35м
Утренняя гимнастика*	7.30 -7.40	7.35 -7.45	7.35 -7.45	7.35 -7.45	7.35 -7.45
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подготовка к завтраку	7.40-7.50	7.45-7.55	7.45-7.55	7.45-7.55	7.45-7.55
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Завтрак	7.50-8.10	7.55-8.10	7.55-8.10	7.55-8.10	7.55-8.10
	20 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Утренний круг		8.10-8.25	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.15
		15 мин	10 мин	10 мин	5 мин
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД	8.10-8.30				
	20 мин				
Образовательная деятельность (занятия)**	<u>понедельник</u> 8.30-8.38 <u>Вторник - пятница</u> 8.30-8.38 8.50-8.58	<u>Понедельник, вторник, пятница</u> 8.25-8.40 8.50-9.05 <u>Среда</u> 8.30-8.45 8.55-9.10 <u>Четверг</u> 8.25-8.40	<u>понедельник</u> 8.25-8.45 9.15-9.35 <u>Вторник</u> 8.20-8.40 8.50-9.10 <u>Среда, четверг</u> 8.20-8.40 8.55-9.15 <u>Пятница</u> 8.25-8.45 9.10-9.30	<u>понедельник</u> 8.20-8.40 8.50-9.15 <u>Вторник</u> 8.20-8.45 8.50-9.10 <u>среда</u> 8.20-8.40 8.50-9.10 <u>Четверг, пятница</u> 8.20-8.40 8.50-9.15	<u>Понедельник-четверг</u> 8.15-8.40 8.50-9.15 <u>пятница</u> 8.20-8.45 8.55-9.20
Игры, самостоятельная деятельность	<u>понедельник</u> 8.38-9.00				
	22 мин				
Второй завтрак***	9.00-9.10	9.10-9.15	9.00-9.05	9.15-9.20	9.15-9.20
	10 мин	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Подготовка к прогулке	9.10-9.30	9.15-9.30	9.35-9.50	9.20-9.30	9.20-9.30
	20 мин	15 мин	15 мин	10 мин	10 мин
Прогулка	9.30-11.15	9.30-11.20	9.50-11.30	9.30-11.25	9.30-11.30
	1ч. 45 мин	1 ч. 50 мин	1 ч.40 мин	1ч 55 мин	2 ч.00 мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.15-11.40	11.20-11.40	11.30-11.50	11.25-11.50	11.30-11.50
	25 мин	20 мин	20 мин	25 мин	20 мин
Обед	11.40-11.50	11.40-12.00	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10
	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин

Подготовка ко сну	11.50-12.00	12.00-12.10	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Сон	12.00-15.00	12.10-15.00	12.20-14.50	12.20-14.50	12.20-14.50
	3ч.	2ч.50м	2ч.30м	2ч 30 мин	2ч.30м
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.10	15.00-15.10	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Игры, кружки, самостоятельная деятельность, Образовательная деятельность (занятия), в том числе, по программе дополнительного образования	15.10-15.33	15.10-15.35	15.00-15.45	15.00-15.35	15.00-15.40
	23 мин		35 мин	40 мин	
Подготовка к уплотненному полднику	15.33-15.40	15.35-15.40	15.45-15.50	15.35-15.45	15.40-15.45
	7 мин	5 мин	5 мин	10 мин	5 мин
Уплотненный полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.50-16.05	15.45-16.05	15.45-16.05
	20 мин	20 мин	15 мин	20 мин	20 мин
Вечерний круг		16.00-16.15	16.05-16.25	16.05-16.25	16.05-16.25
		15 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	16.00 -17.00	16.15-17.00	16.25-17.00	16.25-17.00	16.25-17.00
	1 ч	45 мин	35 мин	35 мин	35 мин
Самостоятельная деятельность, вечерняя прогулка, детей, уход детей домой	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00
	1 ч.00 мин	1 ч.00 мин	1 ч.00 мин	1 ч.00 мин	1 ч.00 мин
Длительность пребывания на свежем воздухе СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г. <i>рекомендуемая продолжительность прогулок составляет 3-4 часа</i>	3ч 10 мин. (с учетом утреннего приема на улице)	3ч 10 мин. (с учетом утреннего приема на улице)	3ч 10 мин. (с учетом утреннего приема на улице)	3ч. 35 мин. (с учетом утреннего приема на улице)	3ч 10 мин. (с учетом утреннего приема на улице)
Самостоятельная деятельность СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г. <i>...отводится не менее 3-4 часов</i>	3ч.00 мин.	3ч. 00 мин.	3ч.00 мин.	3ч. 00 мин	3ч.00 мин.
Сон СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г. <i>2-2,5 дневной сон, до 3лет-не менее 3 часов, с 3лет 2-2,5часа</i>	3ч.00 мин.	2ч.50 мин.	2ч.50 мин.	2ч. 30 мин.	2ч.30 мин.

* При удовлетворительных погодных условия прием детей и утренняя гимнастика производится на улице

** Указана общая длительность, включая перерывы

*** Второй завтрак не является обязательным элементом режима дня, так как в соответствии СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г., второй завтрак включает напиток или сок (свежие фрукты)

Режим дня на холодный период составлен на основе: СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г. «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Вид деятельности	Старшая лог группа № 1 (5-6)	Старшая лог группа № 2 (5-6)	Подготов. к школе лог группа № 3 (6-7)	Подготов. к школе лог группа № 6 (6-7)	Подготов. к школе лог группа № 10 (6-7)
Приход детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность* в том числе на улице	6.00-7.35	6.00-7.35	6.00- 7.20	6.00- 7.20	6.00- 7.20
	1ч. 35м	1ч. 35м	1ч 20 мин	1ч 20 мин	1ч 20 мин
Утренняя гимнастика*	7.35 -7.45	7.35 -7.45	7.40-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подготовка к завтраку	7.45-7.55	7.45-7.55	7.50-8.00	7.50-8.00	7.50-8.00
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
завтрак	7.55-8.10	7.55-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
	15 мин	15 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Утренний круг	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30
	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Игры, самостоятельная деятельность	8.30-8.45	8.30-8.45			
	15 мин	15 мин			
Образовательная деятельность (занятия) **	<u>понедельник</u> 8.45-9.10 9.25-9.50 <u>вторник, среда,</u> <u>пятница</u> 8.45-9.10 9.20-9.45 <u>четверг</u> 8.20-8.45 8.55-9.20	<u>Понедельник,</u> 8.30-8.55 9.05-9.30 9.40-10.05 <u>вторник</u> 8.30-8.55 9.20-9.45 <u>Среда, четверг</u> 8.45-9.10 9.20-9.45 <u>Пятница</u> 8.40-9.05 9.15-9.40	<u>Понедельник,- четверг</u> 8.30-9.00 9.10-9.40 9.55-10.25 <u>Пятница,</u> 8.30-9.00 9.10-9.40 9.50-10.20	<u>Понедельник., вторник</u> 8.30-9.00 9.10-9.40 11.15-11.45 <u>Среда</u> 8.30-9.00 9.10-9.40 9.55-10.25 <u>Четверг</u> 8.30-9.00 9.10-9.40 10.00-10.30 <u>Пятница</u> 8.30-9.00 9.10-9.40 9.50-10.20	<u>Понедельник,</u> 8.30-9.00 9.10-9.40 10.10-10.40 <u>Вторник, пятница</u> 8.30-9.00 9.10-9.40 9.50-10.20 <u>Среда</u> 8.30-9.00 9.20-9.50 10.30-11.00 <u>Четверг</u> 8.30-9.00 9.20-9.50 10.00-10.30
Второй завтрак ***	9.10-9.15	9.00-9.05	9.00-9.05	9.00-9.05	9.00-9.05
	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Подготовка к прогулке	9.50-9.55	9.45-9.55	10.25-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35 <u>понедельник,</u> 10.40-10.45
	5 мин	10 мин	10 мин	5 мин	5 мин
Прогулка	9.55-11.30	9.55-11.30	10.35-11.30	10.35-11.30	10.35-11.30 <u>понедельник,</u> 10.45-11.30
	1ч 35 мин	1ч 35 мин	55 мин	55 мин	55 мин /45 мин/
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.55	11.30-11.55	11.30-11.55

	20 мин	20 мин	25 мин	25 мин	25 мин
обед	11.50-12.10	11.50-12.10	11.55-12.10	11.55-12.10	11.55-12.10
	20 мин	20 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Подготовка ко сну	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
сон	12.20-14.50	12.20-14.50	12.20-14.50	12.20-14.50	12.20-14.50
	2ч 30 мин	2ч 30 мин	2ч 30 мин	2ч 30 мин	2ч 30 мин
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00	14.50-15.00
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Игры, кружки, самостоятельная деятельность, Образовательная деятельность (занятия), в том числе, по программе дополнительного образования	15.00-15.40	15.00-15.40	15.00-15.45	15.00-15.45	15.00-15.45
	40 мин	40 мин	45 мин	45 мин	45 мин
Подготовка к уплотненному полднику	15.40-15.45	15.40-15.45	15.45-15.50	15.45-15.50	15.45-15.50
	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Уплотненный полдник	15.45-16.05	15.45-16.05	15.50-16.05	15.50-16.05	15.50-16.05
	20 мин	20 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Вечерний круг	16.05-16.25	16.05-16.25	16.05-16.25	16.05-16.25	16.05-16.25
	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	16.25-17.00	16.25-17.00	16.25-17.00	16.25-17.00	16.25-17.00
	35 мин	35 мин	35 мин	35 мин	35 мин
Самостоятельная деятельность, вечерняя прогулка, детей, уход детей домой	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00
	1 ч	1 ч	1 ч	1 ч	1 ч
Длительность пребывания на свежем воздухе СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г. <i>рекомендуемая продолжительность прогулок составляет 3-4 часа</i>	3ч. 00 мин. (с учетом утреннего приема на улице)	3ч. 00 мин. (с учетом утреннего приема на улице)	3ч. 00 мин. (с учетом утреннего приема на улице)	3ч. 00 мин. (с учетом утреннего приема на улице)	3ч. 00 мин. (с учетом утреннего приема на улице)
Самостоятельная деятельность СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г. <i>...отводится не менее 3-4 часов</i>	3ч. 00 мин	3ч. 00 мин	3ч. 00 мин	3ч. 00 мин	3ч. 00 мин
Сон СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г. <i>2-2,5 дневной сон, до 3 лет-не менее 3 часов, с 3 лет 2-2,5 часа</i>	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.

* При удовлетворительных погодных условия прием детей и утренняя гимнастика производится на улице

** Указана общая длительность, включая перерывы

*** Второй завтрак не является обязательным элементом режима дня, так как в соответствии СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г., второй завтрак включает напиток или сок (свежие фрукты)

Режим дня на холодный период составлен на основе: СанПин 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г. «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»