

Принято:
на заседании Педагогического совета МОУ
Протокол № 1 от 27.08.2025 г.

Утверждаю:
Заведующий
_____ Е. Н. Копенская
Приказ № 198 от 27.08.2025 г.

РЕЖИМ ДНЯ **на 2025 -2026 учебный год**

Пояснительная записка

Режим составлен в соответствии с СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021 № 62296), санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения СанПиН 2.3./2.4.3590-20, утвержденным главным государственным санитарным врачом РФ Постановлением от 27 октября 2020 года № 32, СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным 28.09.2020 г, Учебным планом МОУ, Уставом МОУ, Правилами внутреннего трудового распорядка МОУ и образовательной программой МОУ (ОП МОУ), составленной на основе федеральной образовательной программы дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028).

Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

- построения образовательно-воспитательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Организация режима дня

При проведении режимных процессов ДОУ придерживается следующих правил:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей;
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах;
- поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Основные принципы построения режима дня

- Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника, в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

Организация режима дня проводится с учётом холодного и теплого периодов года.

Ранний возраст

Холодный период

Режимные моменты	2-я группа раннего возраста	1-я младшая группа	ГКП
	1,6 – 2 года	с 2-х до 3-х лет	1,6– 2 года
Приход детей в детский сад, осмотр, самостоятельная деятельность детей, общение	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	8.00 - 8.30
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 - 8.50	8.10-8.50	-
Подготовка к занятиям	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.40 - 9.00
Игры-занятия	9.00 - 9.10 9.20 - 9.30 по подгруппам	9.00 - 9.10 9.20 - 9.30 по подгруппам	9.00 - 9.10 9.20 – 9.30 по подгруппам
Самостоятельная деятельность детей, подготовка ко второму завтраку	9.30 – 10.00	9.30 – 10.00	-
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	-
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 - 11.30	10.10 - 11.30	9.30 - 12.00 Уход домой
Подготовка к обеду, обед	11.30 - 12.30	11.30 -12.30	-
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.30	12.30 - 15.30	-
Постепенный подъем, гигиенические, закаливающие процедуры	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40	-
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.40 - 16.00	15.40 - 16.00	-
Совместная деятельность взрослого с детьми и/или игры-занятия	16.00 - 16.50 (по подгруппам)	16.00 - 16.50	-
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, игры уход детей домой	16.50 - 19.00	16.50 - 19.00	-

Теплый период

Режимные моменты	2-я группа раннего возраста (1, 6 – 2 года)	1-я младшая группа (с 2-х до 3-х лет)	ГКП (1,6 – 2 года)
Прием детей, осмотр, свободная игра, общение, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.10	7.00 - 8.20	8.00 - 8.50
Утренняя гимнастика (на воздухе)	8.10 - 8.20	8.20 – 8.30	8.50 - 9.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 9.00	8.30 – 9.00	-
Игры Самостоятельная деятельность детей Предметная деятельность	9.00 - 9.20	9.00 - 9.10	9.00 - 9.20
Подготовка к прогулке. Прогулка. Воздушные и солнечные процедуры. Организованная детская деятельность (на свежем воздухе): наблюдения, игры, предметная деятельность (по подгруппам) Свободная деятельность детей. Игры.	9.20 - 11.30	9.10 - 11.30	9.20 – 12.00 Уход домой
Занятия в игровой форме (на улице) (по подгруппам)	9.25 - 9.35 9.45 - 9.55	9.20 - 9.30 9.40 - 9.50	9.30 - 9.40 9.50 - 10.00
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.30 - 12.00	11.30 - 12.00	

Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30	12.00 - 12.30	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.30	12.30 - 15.30	
Постепенный подъем детей, гигиенические, оздоровительные и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40	
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.40 - 16.00	15.40 - 16.00	
Музыкальные/физкультурные занятия, игры, предметная деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность.	16.00 - 16.50	16.00 - 16.50	
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность; уход детей домой	16.50 - 19.00	16.50 - 19.00	

Холодный период

Режимные моменты	2-я младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00	7.00 - 8.10	7.00 - 8.15	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10	8.10 - 8.20	8.15 - 8.25	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 - 8.50	8.20 - 8.50	8.25 - 8.50	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00
Образовательная деятельность	9.00 - 9.40	9.00 - 9.50	9.00 - 10.05	9.00 - 10.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка ко второму завтраку	9.40 - 10.00	9.50 - 10.00	10.05 - 10.10	10.10 - 10.15
2-й завтрак	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.10 - 10.20	10.15 - 10.25
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 - 11.50	10.10 - 12.00	10.20 - 12.05	10.50 - 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	11.50 - 12.15	12.00 - 12.20	12.05 - 12.30	12.20 - 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.15 - 12.45	12.20 - 12.50	12.30 - 12.55	12.30 - 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 - 15.15	12.50 - 15.20	12.55 - 15.25	12.50 - 15.20
Постепенный подъем, гигиенические, закаливающие процедуры	15.15 - 15.25	15.20 - 15.30	15.25 - 15.35	15.20 - 15.30
Уплотненный полдник	15.25 - 15.45	15.30 - 16.00	15.35 - 16.00	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность, индивидуальная работа	15.45 - 16.15	16.00 - 16.40	16.00 - 16.30	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.15 - 19.00	16.40 - 19.00	16.30 - 19.00	16.30 - 19.00

Теплый период

Режимные моменты	2-я младшая группа (3 - 4 года)	средняя группа (4 – 5 лет)	старшая группа (5-6 лет)	подготовительная группа (6-7 лет)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.10	7.00 - 8.20	7.00 - 8.15	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.15 – 8.25	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак*	8.20 – 9.00	8.30 – 9.00	8.25 – 9.00	8.30 – 9.00
Игры. Самостоятельная деятельность детей	9.00 - 9.05	8.55 - 9.00	9.00 - 9.05	8.55 - 9.00
Второй завтрак*	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Свободная деятельность детей. Игры.	9.05 - 11.50	9.00 - 12.00	9.05 - 12.05	9.00 - 12.10
Занятия (на улице)	9.10 - 9.25 9.35 - 9.50	9.15 - 9.35 9.45 – 10.05	9.10 – 9.35 9.45 – 10.10	9.10 - 9.40 9.50 – 10.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы. самостоятельная деятельность	11.50 - 12.00	12.00 - 12.15	12.05 - 12.20	12.10 - 12.20
Подготовка к обеду, обед*	12.00 - 12.45	12.15 - 12.50	12.20 - 12.50	12.20 - 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.15	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 - 15.20
Постепенный подъем детей, закаливающие и оздоровительные процедуры, самостоятельная деятельность	15.15 - 15.30	15.20 - 15.30	15.20 - 15.30	15.20 - 15.30
Уплотненный полдник*	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Занятия в игровой форме, игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность.	16.00 – 16.40	16.00 - 16.45	16.00 - 16.50	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность; уход детей домой	16.40 - 19.00	16.45 – 19.00	16.50 – 19.00	17.00 – 19.00

РЕЖИМ ДНЯ
в холодный период

Режимные моменты	2-я младшая группа круглосуточного пребывания
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 - 8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.00
Образовательная деятельность	9.00 - 9.40
Самостоятельная деятельность детей, подготовка ко второму завтраку	9.40 – 10.00
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 - 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	11.50 - 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, гигиенические, закаливающие процедуры	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 - 15.45
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность, индивидуальная работа	15.45 - 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.15 - 18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00 - 19.00
Игры, самостоятельная деятельность	19.00 - 20.30
Второй ужин	20.30 - 20.50
Подготовка ко сну, сон.	20.50 - 07.50

РЕЖИМ ДНЯ
в теплый период

Режимные моменты	2-я младшая группа круглосуточного пребывания
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 - 8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.00
Образовательная деятельность на свежем воздухе	9.00 - 9.40
Самостоятельная деятельность детей, подготовка ко второму завтраку	9.40 – 10.00
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 - 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	11.50 - 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, гигиенические, закаливающие процедуры	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 - 15.45
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность, индивидуальная работа	15.45 - 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.15 - 18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00 - 19.00
Игры, самостоятельная деятельность	19.00 - 20.30
Второй ужин	20.30 - 20.50
Подготовка ко сну, сон.	20.50 - 07.50