

Утверждаю
заведующий МБДОУ № 23 _____
С.А. Маслова
Приказ №01-19-98 от 28.08.2025 г.

Режим дня для групп раннего и дошкольного возраста в МБДОУ №23
на 2025-2026 уч. год

Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Режим дня в группе детей от 1–3, 3–4, 4–5, 5–6, 6–7 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в МБДОУ и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20 условий реализации программы МБДОУ, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования МБДОУ №23.

Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

При организации режима в МБДОУ №23 предусматривается оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточную двигательную активность ребенка в течение дня, обеспечивается сочетание умственной и физической нагрузки. Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Режим дня детей в ДОУ /

Ранний возраст (холодный период года)

Режимный момент	2-я группа раннего возраста	1-ая младшая группа
	(1-2 лет)	(от 2 до 3 лет)
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.55	6.00-7.55
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.00-8.30
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	8.30-9.00	8.30-9.00
Образовательная деятельность в игровой форме по подгруппам (включая перерывы между занятиями, во время занятий на гимнастику)	9.00-9.40	9.00-9.40
Игры, самостоятельная деятельность	9.40-9.50	9.40-9.50
Второй завтрак	9.50-10.00	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.00	10.00-11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00-11.20	11.10-11.20
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.20-11.30	11.20-11.35
Обед	11.30-12.00	11.35-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.10-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.15-15.50	15.15-15.50
Занятия в игровой форме по подгруппам	15.50-16.00/ 16.00-16.10	15.50-16.00/ 16.00-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.10-17.10	16.10-17.10
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.10-18.00	17.10-18.00

Режим дня детей в ДОУ /

Дошкольный возраст (холодный период года)

Режимный момент	2-ая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
	(с 3 до 4 лет)	(с 4 до 5 лет)	(с 5 до 6 лет)	(с 6 до 7 лет)
Прием, осмотр, самостоятельная деятельность	6.00-7.55	6.00-8.00	6.00-8.10	6.00-8.20
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.00-8.40	8.10-8.40	8.20-8.40	8.30-8.45
Утренний круг	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.45-9.00
Образовательная деятельность(включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.30	9.00-10.50
Второй завтрак	9.50-10.00	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.30	10.10-11.40	10.30-11.50	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры	11.30-11.50	11.40-12.00	11.50-12.10	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.50-12.20	12.00-12.30	12.10-12.40	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40
Занятия, игры, самостоятельная деятельность	15.40-16.20	15.40-16.20	15.40-16.20	15.40-16.20
Вечерний круг	16.20-16.30	16.20-16.30	16.20-16.30	16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.30-17.10	16.30-17.10	16.30-17.10	16.30-17.10
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.10-18.00	17.10-18.00	17.10-18.00	17.10-18.00

Режим дня детей в ДОУ (тёплый период года)

Режимный момент	Ранний возраст 1-ая младшая группа	2-ая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготови тельная к школе группа
	(с1 до 2 лет, от 2 до 3 лет)	(с 3 до 4 лет)	(с 4 до 5 лет)	(с 5 до 6 лет)	(с 6 до 7 лет)
Прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	6.00-8.00	6.00-8.10	6.00-8.15	6.00-8.20	6.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.10-8.40	8.15-8.45	8.20-8.55	8.30-8.55
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.30-9.00	8.40-9.20	8.45-9.20	8.55-9.15	8.55-9.20
Занятия на прогулке	9.00-9.10	9.20-9.35	9.20-9.40	9.20-9.45	9.20-9.50
Второй завтрак	9.50	10.00	10.00	10.00	10.00
Игры, наблюдения, труд, воздушные солнечные процедуры	9.15-11.00	9.35-11.20	9.40-11.50	9.45-12.20	9.50-12.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.00-11.25	11.20-11.40	11.50-12.10	12.20-12.30	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	11.25-12.00	11.40-12.20	12.10-12.40	12.35-13.00	12.45-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.00	12.20-15.00	12.40-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00
Подъем, воздушные и водные процедуры, игры	15.00-15.10	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.10-15.30	15.20-15.40	15.20-15.40	15.25-15.40	15.30-15.45
Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная деятельность детей, игры, труд)	15.30-17.00	15.40-17.00	15.40-17.00	15.40-17.00	15.45-17.00
Игры, уход детей домой	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00

