УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий
МБДОУ детский сад № 1
Н.Н. Шиганова

Подписано цифровой подписью: Шиганова Наталья Николаевна
DN: E=uc_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, OID.1.2.643.100.4=7710568760, ОГРН=1047797019830, STREET="Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1", L=г. Москва, C=RU, O=Казначейство России, CN=Федеральное казначейство
Причина: Я являюсь автором этого документа
Дата: 8 Сентябрь 2025 г. 11:19:01

РЕЖИМ ДНЯ

(ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД; ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД)

муниципального бюджетного дошкольное образовательного учреждения
«Детский сад № 1 «Умка» Артемовского городского округа

2025

Пояснительная записка

Режим дня разработан с учетом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации ОП ДО муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 1 «Умка» Артемовского городского округа, а также потребностей участников образовательных отношений.

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 строится с учётом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников и социального заказа родителей, предусматривает личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности.

Основные принципы построения режима дня:

1. Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
2. Соответствие построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника.
3. Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

При осуществлении режимных моментов в холодный период года, учитываются также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т.д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим ДОУ, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность.

Режим дня на летнее время составлен так, чтобы обеспечить максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)

Режимные моменты	вторая группа раннего возраста (2-3 года)	младшая группа (3-4 года)	средняя группа (4-5 лет)	старшая группа (5-6 лет)	подготовительная к школе группа (6-7 лет)	разновозрастная группа (5-7 лет)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	8.00-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак, подготовка к занятиям	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.40-9.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями 10 минут)	9.00-9.30	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.50	9.10-10.10
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.30-10.00	9.40-10.00	9.50-10.00	-	-	-
Второй завтрак	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.10	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.30	10.15-11.30	10.15-12.00	10.10-12.00	10.50-12.00	10.20-12.00
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, профилактические физкультурно-	12.00-15.20	12.00-15.20	12.30-15.20	12.30-15.00	12.30-15.20	12.30-15.00

оздоровительные мероприятия						
Полдник	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.00-15.15	15.20-15.30	15.00-15.15
Образовательная деятельность, занятия со специалистами	-	-	-	15.15-15.40	-	15.15-15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, познавательно-исследовательская, конструктивно-модельная деятельность, чтение художественной литературы	15.30-16.20	15.30-16.20	15.30-16.20	15.40-16.30	15.30-16.30	15.40-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.40	16.20-16.40	16.20-16.40	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.30	16.40-18.30	16.40-18.30	16.45-18.30	16.45-18.30	16.45-17.30
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	17.30-18.00

РЕЖИМ РАБОТЫ (летний период)

Режимные моменты	вторая группа раннего возраста (2-3 года)	младшая группа (3-4 года)	средняя группа (4-5 лет)	старшая группа (5-6 лет)	подготовительная к школе группа (6-7 лет)	разновозрастная группа (5-7 лет)
Прием детей в детский сад (осуществляется на улице), свободная игра, самостоятельная деятельность; утренняя гимнастика на свежем воздухе	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	10.10-12.00	10.10-12.00	10.10-12.00	10.10-12.00	10.10-12.00	10.10-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные мероприятия	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-15.50	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, познавательно-	15.50-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30

исследовательская, конструктивно-модельная деятельность, чтение художественной литературы						
Подготовка к ужину, ужин	16.30-17.00	16.30-17.00	16.40-17.00	16.30-17.00	16.45-17.00	16.30-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.35	17.00-18.45	17.00-18.45	17.00-18.45	17.00-18.45	17.00-18.00
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	18.35-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	-