

Принят на Педагогическом
Совете. Протокол № 3
от 28.08.2026 г

Утверждено приказом № 44
от «01» 09. 2026 г

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении
(холодный период года)

	Ранний возраст (1,6 -3 года)	Младший дошкольный возраст (3-5 лет)		Старший дошкольный возраст (5-7 лет)	
	1,6-3 года	3-4 года	4- 5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Режимные моменты					
Утренний приём, взаимодействие с родителями, игры, труд, индивидуальная работа	8.00-8.30	8.00-8.50	8.00-8.40	7.30-8.30	7.30-8.20
Утренняя гимнастика	8.30-8.40	8.50-9.00	8.40-8.50	8.30-8.40	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.10	9.00-9.30	8.50-9.15	8.40-9.00	8.35-8.50
Утренний круг	9.10-9.15	9.30-9.40	9.15-9.25	9.00-9.10	8.50-9.00
Самостоятельные игры, труд	9.15-9.30				
Образовательная деятельность (занятия)	9.30-9.45	9.40-9.55, 10.05-10.20	9.25-9.45 9.55-10.15	9.10-9.35 9.45-10.10	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	9.45-11.30	10.20-12.05	10.15-12.15	10.10-12.30	10.50-12.40
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.30	12.05-12.50	12.15-13.00	12.30-13.10	12.40-13.15
Дневной сон	12.30-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15-15.00
Постепенный подъём, гимнастические комплексы, воздушные ванны, гигиенические процедуры	15.00-15.20	15.00-15.10	15.00-15.25	15.00-15.10	15.00-15.10
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность (художественной направленности)		15.10-15.25	15.25-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25
Полдник	15.15-15.45	15.25-15.40	15.25-15.50	15.25-15.40	15.25-15.40
Игры, досуги, самостоятельная деятельность, совместная деятельность (художественной направленности)	15.45-15.50	15.40-16.00	15.50-16.10		15.40-16.10
Образовательная деятельность (занятия)	15.50-16.05			15.40-16.05	
Динамическая пауза, развлечения, познавательно-исследовательская, игровая деятельность	16.05-16.30	16.00-17.00	16.10-16.30	16.05-16.35	16.10-16.30
Самостоятельные игры, индивидуальная работа с детьми	16.30-17.00		16.30-17.00	16.35-17.00	16.30-16.50
Чтение художественной литературы	17.00-17.15	17.00-17.15	17.00-17.15	17.00-17.15	16.50-17.15
Подготовка к ужину, ужин	17.15-17.45	17.15-17.40	17.15-17.40	17.15-17.40	17.15-17.40
Самостоятельные игры, вечерний круг	17.45-18.00	17.40-18.00	17.40-18.00	17.40-18.00	
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, взаимодействие с родителями	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-19.30	17.40-19.30

**Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении
(теплый период года)**

	Ранний возраст (1,6 -3 года)	Младший дошкольный возраст (3-5 лет)		Старший дошкольный возраст (5-7 лет)	
Режимные моменты	1,6-3 года	3-4 года	4- 5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний прием на улице, игры, самостоятельная и совместная деятельность педагогов и детей, индивидуальная деятельность, наблюдения, утренняя гимнастика	8.00-8.40	8.00-8.40	8.00-8.40	7.30-8.40	7.30-8.30
Гигиенические процедуры	8.40-8.55	8.40-8.55	8.40-8.55	8.40-8.55	8.30-8.45
Подготовка к завтраку, завтрак	8.55-9.30	8.55-9.25	8.55-9.20	8.55-9.15	8.45-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка: закаливающие процедуры, игровая, досуговая деятельность питьевой режим.	9.40-11.10	9.35-11.20	9.30-11.40	9.35-12.20	9.25-12.40
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.10-11.30	11.20-11.35	11.40-11.50	12.20-12.40	12.40-12.55
Обед	11.30-12.00	11.35-12.10	11.50-12.25	12.40-13.10	12.55-13.20
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, сон	12.00-15.00	12.10-15.30	12.25-15.30	13.10-15.30	13.20-15.30
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, бодрящая гимнастика, игры	15.00-15.20	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.50	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-15.55	15.35-15.55
Подготовка к прогулке	15.50-16.00	16.00-16.10	16.00-16.10	15.55-16.05	15.55-16.05
Прогулка: игры, наблюдение, совместная и индивидуальная деятельность,	16.00-17.00	16.10-17.10	16.10-17.20	16.05-17.30	16.05-17.35
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	17.00 -17.15	17.10-17.30	17.20-17.30	17.30-17.40	17.35-17.45
Ужин	17.15-17.30	17.30 – 18.00	17.30-18.00	17.40-18.00	17.45-18.05
Прогулка: игры, наблюдение, совместная и индивидуальная деятельность, уход детей домой	17.35-18.30	18.00-18.30	18.10-18.30	18.05-19.30	18.05-19.30

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении.(при неблагоприятной погоде)

	Ранний возраст (1,6 -3 года)	Младший дошкольный возраст (3-5 лет)		Старший дошкольный возраст (5-7 лет)	
Режимные моменты	1,6-3 года	3-4 года	4- 5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний приём, взаимодействие с родителями, игры, индивидуальная работа	8.00-8.30	8.00-8.30	8.00-8.30	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.30-8.40	8.30-8.40	8.35-8.45	8.00-8.10	8.00-8.10
Самостоятельная деятельность, игры	8.40-9.00	8.40-9.00	8.45-9.05	8.10-8.25	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	9.00-9.35	9.00-9.30	9.05-9.25	8.25-8.55	8.25-8.55
Образовательная деятельность (занятия)	9.40-9.55	9.30-10.10	9.25-10.25	9.00-10.00	9.00-10.10
Совместная деятельность педагогов с детьми по специальному расписанию Залов и кабинетов (спортивные и музыкальные досуги, целевые экскурсии по детскому саду, чтение художественной литературы в спальней, театрализованная деятельность и т.п.)	10.10-11.20	10.10-11.30	10.25-11.55	10.30-12.00	10.30-12.05
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00	11.30-12.00	11.55-12.25	12.05-12.30	12.10-12.30
Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.25-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъём, гимнастические комплексы, воздушные ванны, гигиенические процедуры	15.00-15.20	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность (художественной направленности)		15.10-15.25	15.10-15.30	15.10-15.35	15.10-15.35
Полдник	15.20-15.50	15.25-15.55	15.30-15.55	15.35-15.55	15.35-15.55
Игры, досуги, самостоятельная деятельность, совместная деятельность (художественной направленности)	15.50-16.50	15.55-17.00	15.55-17.10	15.55-17.15	15.55-17.25
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.30	17.00-17.35	17.10-17.40	17.15-17.45	17.25-17.50
Подготовка к прогулке, прогулка (по возможности)	17.30-18.30	17.35-18.30	17.40-18.30	17.45-19.30	17.50-19.30

Щадящий режим

Щадящий режим назначается детям с III-V группой здоровья и детям, перенесшим заболевания для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.

- Щадящий режим назначается медработником (врач, ст. м/с) и выполняется персоналом, работающим с ребенком
- Щадящий режим после перенесенного заболевания назначается по рекомендации участкового педиатра на определенный срок, в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания. Освобождение от занятий физкультурой на улице на 1 - 2 недели

Вид деятельности в режиме дня	Ограничения		Ответственный
	III-V группа здоровья	После перенесенного заболевания	
Приход в ДОУ	Удлинённый сон дома. По возможности с 08.00 до 08.30		родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	По индивидуальному режиму	воспитатель
Гигиенические процедуры (умывание)	Температура воды 16-20, тщательное вытирание рук, лица		Воспитатель, м/воспитатель
Гигиенические и закаливающие процедуры (полоскание рта после еды)	Температура воды 20-22 градуса, наливается перед полосканием		воспитатель, м/воспитатель
Гигиенические и закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама (мокрая майка после сна и надевается сухая футболка для проведения процедуры)		м/воспитатель воспитатель
		По индивидуальному режиму	
Питание (завтрак, обед, полдник)	Первым садится за стол (младший дошкольный возраст). Докармливание		воспитатель, м/воспитатель
Сборы на прогулку (утреннюю и вечернюю)	Одевается в последнюю очередь, выходит последним		м/воспитателя, воспитатель
Возвращение с прогулки	Приходит первым, под присмотром взрослого снимается влажная майка, заменяется на сухую		воспитатель, м/воспитатель
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность		воспитатель
Физкультурное занятие	Снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	По индивидуальному режиму	инструктор, воспитатель
Занятия статического и интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первую половину дня		воспитатель
Дневной сон	Укладывание первым, подъем по мере просыпания		воспитатель, м/воспитатель
Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроения, желания		воспитатель
Самостоятельная деятельность (игры, ИЗО и т.п.)	Предлагать места, удаленные от окон, дверей		воспитатель
Уход домой	Уход домой по возможности до 18.00		родители

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 в ДОО соблюдаются следующие требования к организации образовательного процесса и режима дня:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминутки во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в

т. ч., во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зал

