

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-
эстетическому развитию воспитанников № 424**

(МБДОУ – детский сад № 424)

620010, г. Екатеринбург, ул. Грибоедова, 2-б, тел.: 258-62-43,

e-mail: mdou424@eduekb.ru, сайт: <http://424.tvoysadik.ru>

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
Протокол от «29» августа 2025г. № 5

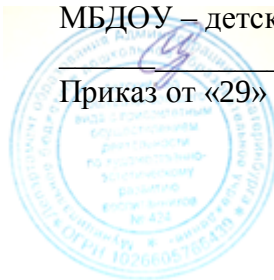
УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ – детский сад № 424

Н.А. Огородникова

Приказ от «29» августа 2025г. № 56 - о



**РЕЖИМ ДНЯ
в холодный период года
(сентябрь – май)**

МБДОУ - детского сада № 424

на 2025-2026 учебный год

Пояснительная записка

Организация режима пребывания детей в МБДОУ – детский сад № 424 осуществляется на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264), Федеральной образовательной программы дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 года № 1028), санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 1.2.3685-21, СП 2.4.3648-20 и СанПиН 2.3/2.4.3590-20, с учетом условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим функционирования МБДОУ:

- пятидневная рабочая неделя;
- продолжительность работы МБДОУ – 10,5 часов;
- режим работы групп МБДОУ с 07 час. 30 мин до 18 час. 00 мин.

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

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 учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно пункту 185 Гигиенических нормативов при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и т. д.).

При проведении режимных процессов следует придерживаться следующих **правил**:

1. Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании);
2. Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
3. Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах, поощрение самостоятельности и активности;
4. Формирование культурно-гигиенических навыков;
5. Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
6. Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
7. 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.

Основным принципом построения является соответствие возрастным психофизическим особенностям детей.

1. Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
2. Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в МБДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня.
3. Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

Основными компонентами режима в МБДОУ являются:

- утренний прием,
- дневной сон,
- пребывание на открытом воздухе (прогулка),
- образовательная деятельность,
- игровая деятельность
- отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность),
- прием пищи,
- личная гигиена.

Дети, соблюдающие режим дня, более уравновешены и работоспособны, у них постепенно вырабатываются определенные биоритмы, система условных рефлексов, что помогает организму ребенка физиологически переключаться между теми или иными видами деятельности, своевременно подготавливаться к каждому этапу: приему пищи, прогулке, занятиям, отдыху. Нарушение режима отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.

Приучать детей выполнять режим дня необходимо с раннего возраста, когда легче всего вырабатывается привычка к организованности и порядку, активной деятельности и правильному отдыху с максимальным проведением его на свежем воздухе. Делать это необходимо постепенно, последовательно и ежедневно.

Режим дня *гибкий*, однако неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

При организации режима предусматриваться оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточная двигательная 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.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2, действующим до 1 марта 2027 г. (далее – Гигиенические нормативы), и Санитарными правилами СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (далее – Санитарно-эпидемиологические требования).

Режим питания регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32 (далее – СанПиН по питанию). На основании требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в режим всех возрастных групп введен второй завтрак – прием сока или фруктов.

Режим работы МБДОУ в период карантина

Карантин – система мероприятий, проводимых для предупреждения распространения инфекционных заболеваний из эпидемического очага и ликвидации самого очага. Эпидемический процесс данных заболеваний характеризуется сезонными изменениями, вспышками и возникающими эпидемиями различной интенсивности, которые поражают около 20% детей.

Сроки карантина устанавливаются на основании данных о наибольшей продолжительности инкубационного периода заболевания. Так, при гриппе и скарлатине карантин длится 7 дней, при ветряной оспе, краснухе и паротите – 21 день, при менингококковой инфекции – 10 дней, а при вирусном менингите – 20 дней. На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-
эстетическому развитию воспитанников № 424**
(МБДОУ – детский сад № 424)

620010, г. Екатеринбург, ул. Грибоедова, 2-б, тел.: 258-62-43, e-mail: mbdoy424@yandex.ru, сайт: <http://424.tvoyasadik.ru>

**РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
(Сентябрь-май)**

Принято на заседании
Педагогического совета
Протокол от «29» августа 2025г. № 5

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ – детский сад № 424
Н.А. Огородникова
Приказ от «29» августа 2025г. № 56 - о

Режимные моменты Виды деятельности	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит ельная группа
	2 – 3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Прием детей, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры, игры, самостоятельная деятельность, общение. Утренняя гимнастика (не менее 10 мин)	07.30 – 08.10	07.30 – 08.15	07.30 – 08.20	07.30 – 08.25	07.30 – 08.30
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку. Завтрак.	08.10 – 08.40	08.15 – 08.45	08.20 – 08.45	08.25 – 08.45	08.30 – 08.45
Самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми по выбору детей: в том числе утренний круг. Общение. Подготовка к занятиям.	08.40 – 08.55/09.00	08.45 – 09.00	08.45 – 09.00	08.45 – 09.00	08.45 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (занятия) <i>перерыв между занятиями 10 мин: подвижные игры малой и средней подвижности</i>	08.55/09.00– 09.30	09.00 – 09.40	09.00/08.55 - 09.55	09.00 – 10.05	09.00 – 10.10
Самостоятельная и совместная деятельность со взрослым. Развивающие образовательные ситуации на игровой основе.	09.30 – 09.50	09.40 – 10.00	09.55 – 10.10	10.05 – 10.25	10.10 -10.30
Гигиенические процедуры, второй завтрак (прием сока или фруктов). Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, трудовая деятельность, самостоятельная деятельность). в том числе игры средней и высокой подвижности	09.50– 11.30	10.00 – 11.50	10.10 – 12.00	10.25 – 12.10	10.30 – 12.20
	20 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед.	11.30 – 12.20	11.50 – 12.35	12.00 – 12.40	12.10 – 12.45	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну. Восприятие художественной литературы и фольклора. Дневной сон.	12.20 – 15.30	12.35 – 15.00	12.40 – 15.00	12.45 – 15.00	12.50 – 15.00
Постепенный подъем. Разминка после сна. Воздушные и водные процедуры. Закаливание. в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата	15.30 – 15.40	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Самостоятельная и совместная деятельность со взрослым. Образовательные ситуации на игровой основе. Досуг, общение по интересам. Восприятие художественной литературы. Вечерний круг.	15.40 – 16.00	15.15 – 16.05	15.15 – 16.10	15.10 – 16.15	15.10 – 16.20
В том числе организованная образовательная деятельность в группах старшего дошкольного возраста	-	-	-	25 мин	30 мин
Гигиенические процедуры. Подготовка к уплотненному полднику. Уплотненный полдник.	16.00 – 16.30	16.05 – 16.30	16.10 – 16.35	16.15 – 16.35	16.20 – 16.35
Подготовка к прогулке. Вечерняя прогулка (игры, наблюдения, трудовая деятельность, самостоятельная деятельность). Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей). в том числе игры средней и высокой подвижности	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00	16.35 – 18.00	16.35 – 18.00	16.35 – 18.00
	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 306895024697230069979412952996000813774887227286

Владелец Огородникова Наталья Александровна

Действителен с 21.12.2023 по 20.12.2024