

ПРИНЯТО
На педагогическом совете
Протокол № 1 от 28.08.2025 г.



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 32 «Рябинка»
Д.Н. Шестипёрова
Приказ № 16-01 от 28 августа 2025 г.

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ

Муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №32 «Рябинка»

г. Вологда, 2025 г.

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

МДОУ «Детский сад №32 «Рябинка» на период с 01.09.2025 по 31.08.2026

Особенности организации образовательного процесса в различных возрастных группах обусловлены спецификой возраста, их развитием, этнокультурными традициями, климато-географическими условиями проживания, наличием приоритетных направлений, заказа родителей, требованиями СанПиН 2.4.3648-20.

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. С общепринятых позиций правильный режим дня – это физиологическое обоснованное региональное чередование периодов бодрствования и отдыха.

В МДОУ №32 «Рябинка» используется гибкий режим дня, т.е. в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья.

При организации режима дня для воспитанников ДОУ учитываются физиологические потребности и физические возможности детей каждого конкретного возраста, а также рекомендации ФОП ДО.

При организации режима дня особое внимание уделяется:

- соблюдению баланса между разными видами активности детей (умственной, физической), виды активности целесообразно чередуются;
- организации гибкого режима посещения детьми групп (с учетом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде);
- проведению гигиенических мероприятий по профилактике переутомления отдельных детей с учетом холодного и теплого времени года, изменения биоритмов детей в течение недели, активности в течение суток.

Все возрастные группы работают по двум временным режимам: на теплый и холодный период года.

Для воспитанников, вновь поступающих в ДОУ, предполагаются индивидуальные адаптационные режимы. На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

В период летней оздоровительной кампании действует оздоровительный режим, сокращение времени организованной совместной образовательной деятельности взрослых и детей (вместо традиционного учебного блока), в соответствии с СанПиН, в минутах.

Режим дня в группах различен и зависит от возраста детей.



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 32 «Рябинка»
Д.Н. Шестипёрова
Приказ № 33 от 28 августа 2025 г.

Режим дня в группе детей от 1 до 3 лет
(холодный период года)

Режимные моменты	Время
Утренний приём детей, осмотр, игры	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.35
Игры, подготовка к занятиям	8.35-9.00
Занятия (по подгруппам)	9.00-9.30
Второй завтрак	9.30-9.40
Подготовка к прогулке. Прогулка.	9.40-11.15
Возвращение с прогулки. Игры.	11.15-11.30
Подготовка к обеду. Обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.25
Занятия/индивидуальная работа	15.25-16.00
Игры, труд, самостоятельная и организованная деятельность детей	16.00-16.15
Подготовка к ужину, ужин	16.15-16.45
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой	16.45-19.00



УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МДОУ

«Детский сад № 32 «Рябинка»

Д.Н. Шестипёрова

от 28 августа 2025 г.

Режим дня в группе детей от 2 до 4 лет
(холодный период года)

Режимные моменты	Время
Утренний приём детей, осмотр, игры	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.30-9.00
Занятия	9.00-10.05 (по подгруппам)
Второй завтрак	10.05-10.15
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.15-11.30
Возвращение с прогулки. Игры	11.30-11.45
Подготовка к обеду. Обед	11.45-12.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.25
Индивидуальная работа	15.25-15.40
Игры, труд, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.40-16.10
Подготовка к ужину, ужин	16.10-16.40
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой	16.40-19.00



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 32 «Рябинка»
Д.Н. Шестипёрова
Приказ № 155 от 28 августа 2025 г.

Режим дня в группе детей от 4 до 5 лет
(холодный период года)

Режимные моменты	Время
Утренний приём детей, осмотр, игры	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.40-9.00
Занятия	9.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.10-11.30
Возвращение с прогулки. Игры	11.30-11.50
Подготовка к обеду. Обед	11.50-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.20
Игры, труд, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.20-16.25
Подготовка к ужину, ужин	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой.	16.45-19.00



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 32 «Рябинка»
Д.Н. Шестипёрова
Приказ № 32 от 28 августа 2025 г.

Режим дня в группе детей от 5 до 6 лет
(холодный период года)

Режимные моменты	Время
Утренний приём детей, осмотр, игры	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.45
Игры, подготовка к занятиям	8.45-9.00
Занятия	9.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Игры, самостоятельная деятельность детей	10.10-10.30
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.30-11.50
Возвращение с прогулки. Игры	11.50-12.00
Подготовка к обеду. Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.15
Занятие	15.15-15.40
Игры, труд, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.40-16.25
Подготовка к ужину, ужин	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой	16.45-19.00



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 32 «Рябинка»
Д.Н. Шестипёрова
Приказ № 12 от 28 августа 2025 г.

Режим дня в группе детей от 6 до 7 лет
(холодный период года)

Режимные моменты	Время
Утренний приём детей, осмотр, игры	7.00 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия	9.00-10.10
Второй завтрак	10.10-10.20
Занятия	10.20-10.50
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.50-12.00
Возвращение с прогулки. Игры	12.00-12.10
Подготовка к обеду. Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.15
Игры, труд, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.15-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30-16.50
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой	16.50-19.00



УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МДОУ

«Детский сад № 32 «Рябинка»

Д.Н. Шестипёрова

Приказ № 44/2025 от 28 августа 2025 г.

Режим дня

в группе компенсирующей направленности для детей с ТНР с 3-8 лет
(холодный период)

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры	7.30-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.45
Игры, подготовка к занятиям	8.45-9.00
Занятия	9.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Занятие	10.10-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35-11.50
Возвращение с прогулки, игры	11.50-12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.20
Выполнение заданий учителя-логопеда (индивидуально)/ самостоятельная деятельность по интересам, общение	15.20-16.15
Подготовка к ужину, ужин	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой	16.30-17.30



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МДОУ
№ 32 «Рябинка»
Д.Н. Шестипёрова
28 августа 2025 г..

Режим дня
в группе компенсирующей направленности для детей с ТНР с 3-8 лет
(холодный период)

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры	7.30-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия	9.00-10.10
Второй завтрак	10.10-10.20
Занятие	10.20-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.00
Возвращение с прогулки, игры	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.20
Выполнение заданий учителя-логопеда (индивидуально)/ самостоятельная деятельность по интересам, общение	15.20-16.15
Подготовка к ужину, ужин	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой	16.30-17.30

Организация жизни и воспитание детей в адаптационный период

Режим дня детского сада максимально приближен к домашнему режиму. Необходимо в течение недели, а иногда и месяца считаться со всеми имеющимися у ребёнка привычками, даже если они и не соответствуют режиму детского сада.

Не следует запрещать приносить из дома игрушки. Переводить ребёнка на режим детского сада нужно постепенно, с учётом его индивидуальных особенностей.

Приём новых детей в группы – не более 2 -3 человек в неделю, чтобы воспитатели могли уделить максимум внимания детям и выполнить назначенный индивидуальный режим.

В целях профилактики переутомления и перевозбуждения нервной системы необходимо в первый период посещения ребёнком детского сада сократить время его пребывания на несколько часов и постепенно его удлинять. Дневной сон в этот период лучше проводить дома. Нельзя переводить ребёнка из одной группы в другую, привлекать ребёнка к играм – занятиям, если он не хочет. Лучше дать ему возможность постепенно привыкнуть к детскому коллективу путем «наблюдения со стороны». Признаками завершения адаптации ребёнка являются адекватное поведение, положительные эмоции, хороший сон, аппетит, прибавка веса по возрасту.

Контроль выполнения режимов дня в ДООУ осуществляют: медицинские работники, административно-управленческий аппарат, педагоги, родители.