

**Организация режима пребывания детей
в муниципальном бюджетном дошкольном
образовательном учреждении
«Детский сад №13» г. Лениногорска
на 2025-2026 учебный год**

РЕЖИМ ДНЯ
муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад № 13» г. Лениногорска
муниципального образования «Лениногорский муниципальный район» Республики
Татарстан
на 2025-2026 учебный год

Образовательный процесс в МБДОУ « Детский сад №13» реализуется в режиме пятидневной недели. Длительность пребывания в ДОУ 12 часов.

Образовательный процесс осуществляется с первого сентября по тридцать первое мая. Летний период – с первого июня по тридцать первое августа.

Режим дня в ДОУ устанавливается в соответствии с возрастными индивидуальными особенностями детей и способствует их гармоничному развитию. При составлении и организации режима дня учитываются обязательные, повторяющиеся (стереотипные) компоненты:

- время приема пищи;
- укладывание на дневной и ночной сон;
- общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе и в помещениях.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 - 4,5 часов. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. Общая продолжительность сна для детей дошкольного возраста в период нахождения в ДОУ составляет 2,0 - 2,5 часа (дневной сон). Для детей от 1,6 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов.

Составляющие режима структурировались на основе режимного расписания в двух вариантах в зависимости от сезона (летнего и зимнего). Зимний период (холодный) определен с первого сентября по тридцать первое мая. Летним периодом (теплым) считается календарный период с первого июня по тридцать первое августа.

Режим дня на теплый период года

Режимные моменты	Младшая разновозрастная группа	Старшая разновозрастная группа
Прием, осмотр, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, игры на свежем воздухе	6.00 – 8.10	6.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.45	8.25 – 8.50
Самостоятельная игровая деятельность. Игры, забавы	8.45 – 9.45.00	8.50-10.00
Подготовка ко второму завтраку, второй	9.45- 10.00	10.00 – 10.15

завтрак		
Подготовка к прогулке, прогулка, воздушные и водные процедуры	10.00 – 12.15	10.15 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 12.45	12.25 – 12.55
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.45 – 15.00	12.55 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику. Полдник	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Совместная деятельность воспитателя с детьми, труд, самостоятельная игровая деятельность	15.35-16.10	15.30 -16.20
Подготовка к ужину. Ужин	16.10-16.30	16.20-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, игровая деятельность. Уход детей домой	16.30 – 18.00	16.35– 18.00

Режим дня на холодный период года

Режимные моменты	Младшая разновозрастная группа	Старшая разновозрастная группа
Прием, осмотр, измерение температуры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	6.00 – 8.15	6.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.45	8.20 – 8.50
Самостоятельная игровая деятельность. Подготовка к ООД	8.45 – 9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.15	9.00-10.50
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.30	10.50 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.30 - 11.50	10.55 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	11.50 – 12.20	12.10 – 12.40
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.20 – 15.00	12.40 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00 – 15.15	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику. Полдник	15.15 – 15.30	15.25 – 15.35

Подготовка к образовательной деятельности, образовательная и совместная деятельность. Совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная детская деятельность, индивидуальная работа с детьми	15.30 – 16.10	15.35 – 16.20
Подготовка к ужину. Ужин	16.10-16.35	16.20-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, игровая деятельность. Уход детей домой	16.35 – 18.00	16.45– 18.00

При проведении режимных процессов в ДОУ соблюдаются следующие позиции:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей;
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку; устранение долгих ожиданий, т.к. аппетит и сон малышей прямо зависит от состояния их нервной системы;
- соблюдение баланса между разными видами активности детей (умственной, физической и др.); виды активности целесообразно чередуются;
- организации гибкого режима посещения детьми групп (с учетом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде и пр.);
- проведению гигиенических мероприятий по профилактике утомления детей с учетом холодного и теплого времени года, активности в течение суток.

Компоненты и содержание режима пребывания детей в ДОУ

-	<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 1,5 до 3 лет</u>	Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	1. Регламентированная деятельность (занятия и другие специально	ежедневно/кол-во в неделю/месяц	30 минут, в т.ч.
	• НОД	ежедневно.100 мин. в	2 раза в день по 10
	• Утренняя гимнастика	ежедневно	5 минут
	• Развлечение, праздник	1 раз в неделю	5 минут
Содержание образования	2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:	ежедневно	4 часа 15 минут, в т. ч.
	• игра	ежедневно	75 минут
	• двигательная	ежедневно	60 минут
	• предметно-практическая, исследовательская деятельность	ежедневно	80 минут

	• чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	10 минут
	• воспитание и обучение в процессе выполнения режимных моментов	ежедневно	25 минут
Содержание присмотра и ухода	3. Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	7 часов
	• сон	ежедневно	150 минут
	• прогулка	2 раза в день	110 минут
	• гигиенические процедуры (умывание, одевание, раздевание, туалет)	2 раза в день	60 минут
	• закаливающие и другие оздоровительные процедуры	ежедневно	30 минут
	• прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин)	ежедневно	70 минут
	4. Оказание помощи ребенку в выполнении режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	в течение дня
	• в гигиенических процедурах		
	• в одевании, раздевании • в приеме пищи		
-	5. Наблюдение за эмоциональным состоянием и самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)	ежедневно	в течение дня
-	6. Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия, развитии ребенка)	ежедневно	15 минут

-	<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 3 до 4 лет</u>	Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	1. Регламентированная деятельность (занятия и другие специально организованные формы работы), в т.ч.:	Ежедневно/кол-во в неделю/месяц	42 минуты, в т.ч.
	• НОД	Ежедневно. 150 мин. в неделю, 600 минут в месяц	2 раза в день по 15 минут – 30 минут
	• Утренняя гимнастика	ежедневно	6 минут
	• Развлечение, праздник	1 раз в неделю	6 минут
Содержание образования	2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и	ежедневно	4 часа 15 минут, в т.ч.

	<i>ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:</i>		
	• игра	ежедневно	75 минут
	• двигательная деятельность	ежедневно	60 минут
	• предметно-практическая, исследовательская деятельность	ежедневно	80 минут
	• чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	10 минут
	• воспитание и обучение в процессе выполнения режимных моментов	ежедневно	25 минут
Содержание присмотра и ухода	3. Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	6 часов 48 минуты
	• сон	ежедневно	150 минут
	• прогулка	2 раза в день	110 минут
	• гигиенические процедуры (умывание, одевание, раздевание, туалет)	2 раза в день	48 минут
	• закаливающие и другие оздоровительные процедуры	ежедневно	30 минут
	• прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин)	Ежедневно	70 минут
	4. Оказание помощи ребенку в выполнении режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	в течение дня
	• в гигиенических процедурах		
	• в одевании, раздевании		
	• в приеме пищи		
-	5. Наблюдение за эмоциональным состоянием и самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)	ежедневно	в течение дня
-	6. Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия, развитии ребенка)	ежедневно	15 минут

-	<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 4 до 5 лет</u>	Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	1. Регламентированная деятельность (занятия и другие специально организованные	ежедневно	58 мин., в т.ч.

	формы работы), в т.ч.:		
	• НОД	ежедневно, 200 мин. в неделю, 800 мин. в месяц	2х20=40 мин. в день
	• Утренняя гимнастика	ежедневно	8 минут
	• Развлечение, праздник	1 раз в неделю	10 минут
Содержание образования	2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:	ежедневно	4 часа 00 минут , в т. ч.:
	• игра	ежедневно	85 минут
	• двигательная	ежедневно	50 минут
	• предметно-практическая, исследовательская деятельность	ежедневно	40 минут
	• чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	30 минут
	• воспитание и обучение в процессе выполнения режимных моментов	ежедневно	30 минут
Содержание присмотра и ухода	3. Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	6 часов 47 минут
	• сон	ежедневно	130 минут
	• прогулка	2 раза в день	160 минут
	• гигиенические процедуры (умывание, одевание, раздевание, туалет)	2 раза в день	27 минут
	• закаливающие и другие оздоровительные процедуры	ежедневно	30 минут
	• прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин)	ежедневно	60 минут
	4. Оказание помощи ребенку в выполнении режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	в течение дня
	• в гигиенических процедурах		
	• в одевании, раздевании		
	• в приеме пищи		
-	5. Наблюдение за эмоциональным состоянием и самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)	ежедневно	в течение дня
-	6. Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия,	ежедневно	15 минут

	<i>развитии ребенка)</i>		
--	--------------------------	--	--

	<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 5 до 6 лет</u>	Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	<i>1. Регламентированная деятельность(занятия и другие специально организованные формы работы), в т.ч.:</i>	ежедневно	1ч. 35 мин., в т.ч.
	• НОД	375 мин. в неделю, 1500 мин. в мес.	3х25=75 минут в день
	• Утренняя гимнастика	ежедневно	10 минут
	• Развлечение, праздник	раз в неделю	10 минут
Содержание образования	<i>2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:</i>	ежедневно	3 часа 50 минут, в т. ч.:
	• игра	ежедневно	80 минут
	• двигательная деятельность	ежедневно	50 минут
	• предметно-практическая, исследовательская деятельность	ежедневно	30 минут
	• чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	40 минут
	• воспитание и обучение в процессе выполнения режимных моментов	ежедневно	25 минут
Содержание присмотра и ухода	<i>3. Организация режимных процессов, в т.ч.:</i>	ежедневно	6 часов 20 минут
	• сон	ежедневно	110 минут
	• прогулка	2 раза в день	160 минут
	• гигиенические процедуры (умывание, одевание, раздевание, туалет)	2 раза в день	20 минут
	• закаливающие и другие оздоровительные процедуры	ежедневно	20 минут
	• прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин)	ежедневно	60 минут
	<i>4. Оказание помощи ребенку в выполнении режимных процессов, в т.ч.:</i>	ежедневно	в течение дня
	• в гигиенических процедурах		
	• в одевании, раздевании		
	• в приеме пищи		

-	5. Наблюдение за эмоциональным состоянием и самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)	ежедневно	в течение дня
-	6. Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия, развитии ребенка)	ежедневно	15 минут

	<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 6 до 7 лет</u>	Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	1. Регламентированная деятельность (занятия и другие специально организованные формы работы), в т.ч.:	ежедневно	1ч. 55 мин., в т.ч.
	• НОД	450 мин. в неделю, 1800 мин. в мес.	3х30=90 минут в день
	• Утренняя гимнастика	ежедневно	15 минут
	• Развлечение, праздник	раз в неделю	10 минут
Содержание образования	2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:	ежедневно	3 часа 40 минут, в т.ч.:
	• игра	ежедневно	80 минут
	• двигательная деятельность	ежедневно	45 минут
	• предметно-практическая, исследовательская	ежедневно	25 минут
	• чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	40 минут
	• воспитание и обучение в процессе выполнения	ежедневно	25 минут
Содержание присмотра и ухода	3. Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	6 часов 20 минут
	• сон	ежедневно	120 минут
	• прогулка	2 раза в день	160 минут
	• гигиенические процедуры (умывание, одевание, раздевание, туалет)	2 раза в день	20 минут
	• закаливающие и другие оздоровительные процедуры	ежедневно	20 минут
	• прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин)	ежедневно	60 минут
	4. Оказание помощи ребенку в	ежедневно	в течение дня

	выполнении режимных процессов, в т.ч.:		
	• в гигиенических процедурах		
	• в одевании, раздевании		
	• в приеме пищи		
-	5. Наблюдение за эмоциональным состоянием и самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)	ежедневно	в течение дня
-	6. Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия, развитии ребенка)	ежедневно	15 минут