

СОГЛАСОВАНО:

Педагогическим советом

МБДОУ «Детский сад №12 «Улыбка»»

Протокол №1 от 12.09.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 12 «Улыбка»

Т.Э. Старцева./

Приказ № 277.1 от 12.09.2025 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

« О режиме дня МБДОУ «Детский сад №12 «Улыбка»

(соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования)

(в редакции Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 17.03.2025 №2)

СОГЛАСОВАНО:
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад №12 «Улыбка»»
Протокол №1 от 12.09.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 12 «Улыбка»
_____ / Т.Э. Старцева./
Приказ № 277.1 от 12.09.2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

« О режиме дня МБДОУ «Детский сад №12 «Улыбка»

(соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования)

(в редакции Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 17.03.2025 №2)

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящее Положение о режиме дня Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 12 «Улыбка» (далее – *Положение*), является обязательным локальным нормативным актом МБДОУ «Детский сад №12 «Улыбка» (далее – *Образовательное учреждение*), определяющим основные требования к организации режима дня в разных возрастных группах.

1.1. Положение разработано

1.2.1. на основании и во исполнение Устава МБДОУ «Детский сад №12 «Улыбка» и действующего законодательства РФ:

- ФЗ РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»
- ФЗ №323 от 21.11.2011 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ» (ст.7)
- СанПин 2.4.3648-20 (срок действия – 01.01.2021- 01.01.2027)
- СанПин 1.2.3685-21 (срок действия: 01.03.2021- 01.03.2027)
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 17.03.2025 №2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2» (**срок действия: 01.09.2025 – 01.03.2027**) – ФОП ДО (срок действия: с 01.09.2023)

1.2.2. руководствуясь:

- МР 2.4.0242-21. Методические рекомендации по обеспечению санитарноэпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.
- МР 2.4.0259-21. Методические рекомендации по обеспечению санитарноэпидемиологических требований к организациям, реализующим образовательные программы дошкольного образования, осуществляющим присмотр и уход за детьми.
- в соответствии с методическими рекомендациями по разработке локальных нормативных актов Образовательного учреждения и учитывает требования ГОСТ Р 7.0.97-2016 к оформлению.

1.2. Положение устанавливает/определяет общие требования к организации режима дня в разных возрастных группах.

1.3. Требования Положения предназначены для применения: заместителем руководителя Образовательной организации, педагогическими работниками.

1.4. Положение разрабатывается и принимается в соответствии с порядком, установленном Уставом Образовательного учреждения, разрабатывается старшим воспитателем, согласовывается на Педагогическом совете, принимается без учета мнения совета родителей, первичной профсоюзной организации и утверждается заведующим Образовательного учреждения.

1.5. Положение имеет следующую структуру: титульный лист, текстовая часть.

- К Положению прилагаются: приказ об утверждении, лист ознакомления.

1.6. Приложением к Положению являются локальные нормативные акты:

- Режимы дня для всех возрастных групп

1.7. Внесение изменений в действующее Положение осуществляется руководителем Образовательного учреждения. Изменения могут состоять в изъятии, дополнении или переоформлении отдельных пунктов.

1.8. Основанием для пересмотра Положения служат: установленные сроки планового пересмотра (не реже 1 раза в 5 лет), результаты проверок, изменения нормативных правовых требований.

1.9. Срок действия: со дня утверждения до 01.03.2027 года (до истечения срока действия нормативно-правовых актов, указанных в основании разработки)

1.10 Срок хранения: 5 лет.

1.11 Положение не является информационно-доступным локальным нормативным актом, размещается на официальном сайте Образовательной организации по решению заведующего Образовательным учреждением.

2.ОПРЕДЕЛЕНИЯ

В настоящем Положении использованы термины, понимание которых приведено ниже:
Режим дня – порядок чередования различных видов деятельности и отдыха в течении всего времени пребывания в Образовательном учреждении

3.ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА ДНЯ

3.1. Режим дня устанавливается с учетом требований СанПин, указанных в п.1.2.1 настоящего Положения, условий реализации Образовательной программы дошкольного образования (далее - ОП ДО)Адаптированной образовательной программы дошкольного образования (далее - АОП ДО), потребностей участников образовательных отношений.

3.2. Режим дня относится к учебно-методической документации, сопровождающей реализацию ОП ДО/АОП ДО.

3.3. Режим дня предусматривает:

- *Рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями*
- *Оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр*
- *Достаточную двигательную активность в течение дня*
- *Сочетание умственной и физической нагрузки*

3.4. Режим дня обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомление и перевозбуждение.

3.5. Основными компонентами режима дня являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность, 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.

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности детей (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и др.).

3.6. Режим дня является гибким за исключением:

- *Времени приема пищи, интервалов между приемами пищи*¹
- *Продолжительности дневного (ночного) сна, времени отхода ко сну – Проведения ежедневной прогулки*

Время проведения остаётся неизменным:

- в основной период: с первого сентября по 31 мая
- в летний период: с первого июня по 31 августа

3.7. Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе (в том числе за счет организации утреннего приема детей на улице при благоприятных погодных условиях), образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

3.8. Режим дня может корректироваться в зависимости от типа Образовательного учреждения, вида реализуемой образовательной программы, сезона года.

1.ТРЕБОВАНИЯ И ПОКАЗАТЕЛИ ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА ДНЯ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА²

4.1.

Показатель	Возрастные группы	Норматив
Время проведения занятий	Все возрастные группы	Начало – не ранее 08:00 Окончание – не позднее 17:00
Реализация дополнительных образовательных программ, деятельности кружков, спортивных секций	Все возрастные группы	Не ранее 17.00, не позднее 19.30 Перерыв между последним занятием и началом дополнительных занятий – не менее 20 мин ² , не менее 30 мин ³
Продолжительность занятий	Группы раннего возраста (1,5–3 года)	10 мин
	Группы младшего возраста (3–4 года)	15 мин
	Группы среднего возраста (4–5 лет)	20 мин
	Группы старшего возраста (5–6 лет)	25 мин
	Группы подготовительного к школе возраста (6–7 лет)	30 мин
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Группы раннего возраста (1,5–3 года)	20 мин
	Группы младшего возраста (3–4 года)	30 мин
	Группы среднего возраста (4–5 лет)	40 мин
	Группы старшего возраста (5–6 лет)	50 мин или 75 мин при организации одного занятия после дневного сна
	Группы подготовительного к школе возраста (6–7 лет)	90 мин

¹ Режим питания зависит от длительности пребывания детей в образовательной организации и регулируется СанПин 2.3/2.4.3590-20 ² СанПин 1.23685-21 (таблицы 6.6, 6.7)

³ До 01.09.2025

⁴ С 01.09.2025 на основании Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 17.03.2025 №2

Продолжительность перерывов между занятиями	Все возрастные группы	Не менее 10 мин
Перерывы во время занятий для гимнастики	Все возрастные группы	Не менее 2 мин
Продолжительность дневного сна	Группы раннего возраста (1–3 года)	Не менее 3 ч
	Группы дошкольного возраста (4–7/8 лет)	Не менее 2,5 ч
Продолжительность прогулки	Все возрастные группы	Не менее 3 ч в день П.185 при температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

Суммарный объем двигательной активности	Все возрастные группы	Не менее 1 ч в день
Утренняя гимнастика	Все возрастные группы	Не менее 10 мин
Питание	Режим питания и время приема пищи определяются временем начала и окончания работы Образовательного учреждения при соблюдении времени перерыва между отдельными приемами пищи не более 3,5 ч¹. 7 – 8 ч пребывание: 3 – 4 разовое питание 11 – 12 ч пребывание: 4 – 5 разовое питание 13 – 24 ч пребывание: 5 – 6 разовое питание Интервалы считаются от начала одного приема пищи до начала следующего.	

4.1. В разновозрастной группе при определении общего режима дня для детей 3 – 7 лет за основу берется режим дня группы среднего возраста 4 – 5 лет.

4.2 При раз работке режимов дня (основных, гибких) учитывается то, что:

- время подготовки к прогулке и время возвращения с дневной (вечерней) прогулки не включаются в длительность проведения самой дневной (вечерней) прогулки
- время подготовки к дневному (ночному) сну и время пробуждения после дневного (ночного) сна не включаются в длительность проведения самого дневного (ночного) сна

4.3 При реализации режимов дня допускается:

- сокращение времени на выполнение определенных режимных моментов при наполняемости группы ниже нормы и(или) низком уровне посещаемости (менее 50% от общего списочного состава)
- увеличение времени на выполнение определенных режимных моментов при наполняемости группы выше нормы

5. ВИДЫ РЕАЛИЗУЕМЫХ РЕЖИМОВ ДНЯ

5.1. В Образовательном учреждении реализуются следующие режимы

5.1.1. *Основной режим дня* (при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина):

- в холодный период: с первого сентября по 31 мая
- в теплый период: с первого июня по 31 августа

5.1.2. *Гибкий режим дня* (при неблагоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина):

- в холодный период: с первого сентября по 31 мая
- в теплый период: с первого июня по 31 августа

5.1.3. *Адаптационный режим дня* (для вновь поступающих детей младенческого (до 1 года) и раннего (1 – 3 года) возраста, и детей со сложной адаптацией)

5.1.4. *Щадящий режим дня* (после перенесенных заболеваний по рекомендации педиатра на определенный срок, в зависимости от состояния здоровья ребенка и его диагноза)

5.1.5. *Режим дня на время карантина* (выстраивается на период действия профилактических мероприятий)

1.1. Режимы дня, указанные в п.5.1.1 - 5.1.2 настоящего Положения:

¹ МР 2.4.0259-21 п.7.1

- размещаются на информационном стенде в каждой возрастной группе
- включаются в комплект документов «Физкультурно-оздоровительная работа»

Приложение 1

Режимы дня для всех возрастных групп.

Адаптационный режим дня.

Реализуется для вновь поступающих детей раннего возраста (2 - 3 года) и для детей со сложной адаптацией.

Неделя	День	Длительность пребывания	Время пребывания	Участие детей в режимных процессах			
				Прогулка	Питание	Занятия	Дневной сон
1-ая (или первые дни)	1-5	1-3 часа		Нет	Завтрак Второй завтрак	нет	нет
	<i>Ребенок находится в ДОУ до второго завтрака</i>						
2-ая (или последующие дни)	1-5	До дневного сна		Да (утренняя)	Завтрак Второй завтрак Обед	нет	нет
	<i>Ребенок находится в ДОУ до дневного сна</i>						
3-я (или последующие дни)	1-5	До вечерней прогулки		Да (утренняя)	Завтрак Второй завтрак Обед Полдник	да	да
	<i>Ребенок находится в ДОУ до полдника или до вечерней прогулки</i>						
4-я (или последующие дни)	1-5	Полный день		Да (утренняя, вечерняя)	Да	да	да

Режим дня МБДОУ № 12 «Улыбка»

Холодный период

В дошкольном учреждении	Группа 2-3 лет	2 младшая группа 3-4 лет	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7лет
Прием, осмотр, игры,	7.30-8.20	7.30-8.25	7.30-8.20	7.30-8.20	7.30-8.30
Ежедневная утренняя гимнастика	8.20-8.30	8.25-8.35	8.20-8.30	8.20- 8.30	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55	8.35-9.00	8.30-9.00	8.30 -9.00	8.40-09.00
ООД	08.55-09.30	09.00-09.15	09.00- 09.50	09.00 – 10.00	09.00-11.10
Самостоятельная игровая деятельность	09.30-10.15	09.15-10.30	09.50-10.30	10.00-10.30	
Второй завтрак	10.15-10.25	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.20-10.30
Игры, подготовка к прогулке Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-11.40(1,1)	10.40-12.00(1,1)	10.40-12.10(1,3)	10.40-12.20(1,4)	11.00-12.30(1,3)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40-11.55	12.00-12.10	12.10-12.25	12.20-12.30	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.20	12.10-12.30	12.25-12.50	12.30-12.55	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.20 (3)	12.30-15.30 (3)	12.50-15.25(2,5)	12.55-15.25(2,5)	13.00-15.30(2,5)
Постепенный подъем, гимнастика после сна воздушные, водные процедуры	15.20-15.30	15.30-15.40	15.25-15.35	15.25-15.35	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15.40-15.55	15.35-15.50	15.35-15.50	15.40-16.00
ООД, игры, самостоятельная деятельность детей	15.45-16.15	15.55-16.10	15.50-16.10	15.50-16.20	16.00-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-18.10(1.9)	16.10-18.20(2.1)	16.10-18.25(2,2)	16.20-18.20(2)	16.00-18.22 (2,2)
Возвращение с прогулки, игры	18.10-18.25	18.20-18.30	18.25-18.40	18.20-18.30	18.22-18.32
Подготовка к ужину, ужин	18.25-18.40	18.30-18.45	18.40-18.55	18.30-18.45	18.32-18.47
Игры, уход детей домой	18.40-19.30	18.45-19.30	18.55-19.30	18.45-19.30	18.47-19.30

Режим дня МБДОУ № 12 «Улыбка»
Теплый период

<i>В дошкольном учреждении</i>	2 группа 2-3 года	2 младшая группа 3-4 лет	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7лет
Прием, игры, сам. деятельность.*	7.30-8.00	7.30-8.25	7.30-8.20	7.00-8.25	7.30-8.30
Утренняя гимнастика., закаливание (на улице)*	8.20-8.30	8.25-8.35	8.20-8.30	8.25-8.35	8.30-8.40
подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.35-9.00	8.30-8.50	8.35-8.55	8.40-8.55
Организованная образовательная деятельность физкультурно – оздоровительного и эстетического цикла. Игровая деятельность.	9.00-9.30	9.00-9.15	8.50-9.10	8.55-9.20	8.55-9.25
Самостоятельная деятельность	9.30-10.10	9.15-10.20	9.10-10.30	9.20-10.30	9.25-10.30
Второй завтрак	10.10-10.20	10.20-10.30	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, выход на прогулку (наблюдения, игры, продуктивная деятельность и т.д.), самостоятельная деятельность детей.	10.20-11.30 (1.1	10.30-11.40 (1.1)	10.40-12.10 (1,5)	10.40-12.25 (1,45)	10.40-12.30 (1.9)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	11.30-11.40	11.40-11.50	12.10-12.20	12.25-12.35	12.30-12.40
подготовка к обеду Обед	11.40-12.10	11.50-12.20	12.20-12.50	12.35-13.00	12.40-13.00
Релаксация, подготовка ко сну Дневной сон.	12.10-15.10 (3)	12.20-15.20 (3)	12.50-15.20(2,5)	13.00-15.30 (2,5)	13.00-15.30(2,5)
Подъем, закаливание, гимнастика после дневного сна	15.10-15.25	15.20-15.30	15.20-15.30	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50	15.30-15.45	15.30-15.45	15.40-15.55	15.40-15.55
ООД, игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.55-16.05	15.55-16.05

Подготовка к прогулке, прогулка.	16.00-18.15(2.15)	16.00-18.20 (2,2)	16.00- 18.25(2.25)	16.05- 18.30(2.25)	16.05- 18.30(2.25)
Возвращение с прогулки, игры	18.15-18.25	18.20-18.30	18.25-18.35	18.30-18.40	18.30-18.40
Подготовка к ужину. Ужин	18.25-18.40	18.30-18.45	18.35-18.50	18.40-18.55	18.40-18.55
Совместная деятельность воспитателя с детьми в групповом помещении и на прогулке (виды детской деятельности (наблюдения, игры, продуктивная деятельность и т.д.), самостоятельная деятельность детей, закаливание	18.40-19.30	18.45-19.30	18.50-19.30	18.55 -19.30	18.55-19.30
Уход домой	19.30	19.30	19.30	19.30	19.30

*Прием, игры, сам. деятельность, утр. гимн., закаливание (на улице) - проводится при благоприятных погодных условиях.

Режим дня на время карантина
Выстраивается на время действия карантина, реализуется в
зависимости от типа карантина,
организации профилактических мероприятий.

Рекомендации к режиму дня во время карантина.

- 1.Тщательный осмотр детей при утреннем приеме.
- 2.Увеличение продолжительности прогулок (при благоприятных погодных условиях).
- 3.Совместная деятельность воспитателя с детьми карантинной группы в музыкальном зале, в физкультурном зале проводятся в последнюю очередь, либо в групповом помещении (в зависимости от вида карантина, по согласованию с врачом)
- 4.Получение питания на пищеблоке организуется в последнюю очередь или за 1 час до всех, по согласованию, при условии санитарной обработки.
- 5.Выход на прогулку осуществляется, не пересекаясь с другими группами на лестницах и в коридорах.
- 6.Прогулка организуется отдельно от других групп.
- 7.Для организации образовательных мероприятий в группе используются только те пособия и игрушки, которые можно обрабатывать обеззараживающими растворами.
- 8.Увеличивается количество культурно-гигиенических мероприятий (мытьё рук, личная гигиена)

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ

Реализуется для часто болеющих детей, либо детей, поступивших после перенесенного заболевания.

Рекомендации:

1. Снизить физическую нагрузку за счет числа упражнений, темпа выполнения.
2. Первыми садятся за стол на время проведения приема пищи.
3. На прогулку одеваются в последнюю очередь.
4. Выходят на прогулку последними. Возвращаются с прогулки – первыми.
5. На прогулке обеспечивается умеренная двигательная активность, смена видов деятельности.
6. На дневной сон укладывают первыми, поднимают – последними.
7. Участие в физкультурных занятиях по справке от врача.