

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «22»
(МБДОУ «Детский сад №22»)

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад №22»
от «24» 08 2026 г
Протокол № 3

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего № 126-осн
МБДОУ «Детский сад №22»
«24» 08 2026 г
А.П. Жукова



02 ВОСПИТАТЕЛЬНО – ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

ДЕЛО № 02 – 07

РЕЖИМ ДНЯ
для воспитанников
МБДОУ «Детский сад №22» на **2026/2027** учебный год

Барнаул
2026

Пояснительная записка

Настоящий режим дня разработан для муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №22» (далее – МБДОУ) в целях упорядочивания образовательно-воспитательного процесса в 2026/2027 учебном году, принят решением Педагогического совета МБДОУ (Протокол №3 от 27.08.2026г).

Режим дня и распорядок пребывания воспитанников в ДОУ выступают важнейшим условием сохранения и укрепления здоровья детей, обеспечения их гармоничного развития и успешной реализации образовательной программы. Рациональное чередование периодов сна и бодрствования, приёмов пищи, образовательной, игровой и двигательной активности выстраивается с учётом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников, а также требований ФГОС ДО, ФОП ДО и санитарно-эпидемиологических норм (СП 2.4.2.4283-26, СанПиН 1.2.3685-21).

Распорядок дня обеспечивает не только удовлетворение базовых физиологических потребностей ребёнка, но и создаёт естественную основу для решения образовательных и воспитательных задач: формирование культурно-гигиенических навыков, развитие самостоятельности и произвольности поведения, освоение правил безопасного поведения, обогащение речевого и познавательного опыта. При этом режим сохраняет необходимую гибкость - он адаптируется к сезонным условиям, эпидемиологической ситуации, особенностям контингента воспитанников (в том числе детей с ОВЗ) и текущим задачам педагогического процесса, оставаясь при этом предсказуемым и комфортным для ребёнка.

В МБДОУ разработаны режимы дня для каждой возрастной группы - с учётом сезонных особенностей и требований санитарно-эпидемиологических норм. Предусмотрены отдельные варианты распорядка:

- **на холодный период года** - с акцентом на поддержание оптимального теплового режима, сокращение продолжительности прогулок при неблагоприятных погодных условиях, усиление оздоровительных мероприятий в помещении, рациональное распределение двигательной активности в закрытых пространствах;

- **на тёплый период года** - с максимальной ориентацией на пребывание детей на свежем воздухе: часть образовательной деятельности переносится на прогулку, увеличивается суммарная продолжительность прогулок, активнее реализуются физкультурно-оздоровительные и познавательно-исследовательские задачи в естественных природных условиях.

Сезонные режимы учитывают возрастные психофизиологические особенности воспитанников и обеспечивают соблюдение ключевых гигиенических нормативов: интервалов между приёмами пищи, длительности дневного сна, объёма двигательной активности, допустимой образовательной нагрузки. При этом сохраняется единая логика распорядка - предсказуемость и ритмичность режимных моментов, что создаёт для ребёнка ощущение безопасности и способствует формированию устойчивых культурно-гигиенических и поведенческих навыков. Корректировка отдельных элементов режима в зависимости от сезона не затрагивает базовых констант (приём пищи, сон, ежедневная прогулка), гарантируя стабильность и комфорт ежедневной жизни дошкольника в стенах детского сада.

Режим дня
/холодный период года/

Режимные моменты	Группа №1 (ЗПР) старшая группа	Группа №2 (ЗПР) старшая группа	Группа №3 (ЗПР) подготовительная к школе группа	Группа №4 (НИ)
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.15	7.00-8.30	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10 (музыкальный зал)	8.15-8.25 (музыкальный зал)	8.30 – 8.40 (музыкальный зал)	8.00-8.10 (группа)
Подготовка к завтраку. Воспитание культурно – гигиенических навыков. Завтрак.	8.10-8.40	8.25-8.50	8.40-9.00	8.10-8.40
Самостоятельная деятельность. Игры.	8.40 – 9.00	8.50-9.00	-	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-11.00	9.00-9.50
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	10.00-10.40	10.00-10.50	-	9.50-10.30
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40-12.10	10.50-12.20	11.00-12.30	10.30-12.00
Подготовка к обеду, воспитание культурно – гигиенических навыков. Обед.	12.10-13.00	12.20-13.00	12.30-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Полдник.	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность	16.00-16.25	16.00-16.25	16.00-16.30	16.00-16.20
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	16.25-17.00	16.25-17.00	16.30-17.00	16.20-17.00
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	17.00-17.40	17.00-17.50	17.00-18.00	17.00-17.30
Подготовка к ужину. Обучение культуре еды. Ужин.	17.40-18.10	17.50-18.20	18.00-18.30	17.30-18.00
Прогулка. Свободная деятельность детей. Уход детей домой.	18.10-19.00	18.20-19.00	18.30-19.00	18.00-19.00

Режим дня
/теплый период года/

Режимные моменты	Группа №1 (ЗПР) старшая группа	Группа №2 (ЗПР) старшая группа	Группа №3 (ЗПР) подготовительная к школе группа	Группа №4 (НИ)
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.15	7.00-8.30	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10 (на улице)	8.15-8.25 (на улице)	8.30 – 8.40 (на улице)	8.00-8.10 (на улице)
Подготовка к завтраку. Воспитание культурно – гигиенических навыков. Завтрак.	8.10-8.40	8.25-8.50	8.40-9.00	8.10-8.40
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	8.40-10.00	8.50-10.10	9.00-10.20	8.40-9.50
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	10.00-12.10	10.10-12.20	10.20-12.30	9.50-12.00
Подготовка к обеду, воспитание культурно – гигиенических навыков. Обед.	12.10-13.00	12.20-13.00	12.30-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Полдник.	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	16.30-17.40	16.30-17.50	16.30-18.00	16.30-17.30
Подготовка к ужину. Обучение культуре еды. Ужин.	17.40-18.10	17.50-18.20	18.00-18.30	17.30-18.00
Прогулка. Свободная деятельность детей. Уход детей домой.	18.10-19.00	18.20-19.00	18.30-19.00	18.00-19.00

Режим дня
/холодный период года/

Режимные моменты	Группа №5 (ЗПР) старшая группа	Группа №6 (ЗПР) подготовительная к школе группа	Группа №7 (ЗПР) средняя группа
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.30	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.15 -8.25 (музыкальный зал)	8.30-8.40 (музыкальный зал)	8.00-8.10 (музыкальный зал)
Подготовка к завтраку. Воспитание культурно – гигиенических навыков. Завтрак.	8.25-8.50	8.40-9.00	8.10-8.40
Самостоятельная деятельность. Игры.	8.50-9.00	-	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.00	9.00-10.50	9.00-9.50
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	10.00-10.40	-	9.50-10.30
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40-12.10	10.50-12.20	10.30-12.00
Подготовка к обеду, воспитание культурно – гигиенических навыков. Обед.	12.10-13.00	12.20-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Полдник.	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность	16.00-16.25	16.00-16.30	-
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	16.25-17.00	16.30-17.00	16.00-17.00
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	17.00-17.40	17.00-17.50	17.00-17.30
Подготовка к ужину. Обучение культуре еды. Ужин.	17.40-18.10	17.50-18.20	17.30-18.00
Прогулка. Свободная деятельность детей. Уход детей домой.	18.10-19.00	18.20-19.00	18.00-19.00

Режим дня
/теплый период года/

Режимные моменты	Группа №5 (ЗПР) старшая группа	Группа №6 (ЗПР) подготовительная к школе группа	Группа №7 (ЗПР) средняя группа
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.30	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.15 -8.25 (на улице)	8.30-8.40 (на улице)	8.00-8.10 (на улице)
Подготовка к завтраку. Воспитание культурно – гигиенических навыков. Завтрак.	8.25-8.50	8.40-9.00	8.10-8.40
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	8.50-10.00	9.00-10.10	8.40-9.50
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	10.00-12.10	10.10-12.20	9.50-12.00
Подготовка к обеду, воспитание культурно – гигиенических навыков. Обед.	12.10-13.00	12.20-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Полдник.	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	16.30-17.40	16.30-17.50	16.30-17.30
Подготовка к ужину. Обучение культуре еды. Ужин.	17.40-18.10	17.50-18.20	17.30-18.00
Прогулка. Свободная деятельность детей. Уход детей домой.	18.10-19.00	18.20-19.00	18.00-19.00

Режим дня
/холодный период года/

Режимные моменты	Группа №8 (РАС)	Группа №9 (Н) разновозрастная группа (1,5-3 года)	Группа №10 (ЗПР) старшая, подготовительная к школе группа	Группа №11 (Н) разновозрастная группа (3-5 лет)
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.15	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10 (в группе)	8.00-8.10 (в группе)	8.15 -8.25 (музыкальный зал)	8.00-8.10 (музыкальный зал)
Подготовка к завтраку. Воспитание культурно – гигиенических навыков. Завтрак.	8.10-8.40	8.10-8.40	8.25-8.50	8.10-8.40
Самостоятельная деятельность. Игры.	8.40-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.35	9.00-9.30	9.00-10.50	9.00-9.50
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	10.35-11.00	9.30-10.00	-	9.50-10.20
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	11.00-12.00	10.00-11.30	10.50-12.20	10.20-11.50
Подготовка к обеду, воспитание культурно – гигиенических навыков. Обед.	-	11.30-12.30	12.20-13.00	11.50-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон.	-	12.30-15.30	13.00-15.30	12.30-15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Полдник.	-	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность	-	-	16.00-16.30	-
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	-	16.00-17.00	16.30-17.00	16.00-17.00
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	-	17.00-17.30	17.00-17.50	17.00-17.40
Подготовка к ужину. Обучение культуре еды. Ужин.	-	17.30-18.00	17.50-18.20	17.40-18.10
Прогулка. Свободная деятельность детей. Уход детей домой.	-	18.00-19.00	18.20-19.00	18.10-19.00

Режим дня
/теплый период года/

Режимные моменты	Группа №8 (РАС)	Группа №9 (Н) разновозрастная группа (1,5-3 года)	Группа №10 (ЗПР) старшая, подготовительная к школе группа	Группа №11 (Н) разновозрастная группа (3-5 лет)
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.15	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10 (на улице)	8.00-8.10 (на улице)	8.15 -8.25 (на улице)	8.00-8.10 (на улице)
Подготовка к завтраку. Воспитание культурно – гигиенических навыков. Завтрак.	8.10-8.40	8.10-8.40	8.25-8.50	8.10-8.40
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	8.40-10.00	8.40-9.30	8.50-10.10	8.40-9.50
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	10.00-12.00	9.30-11.30	10.10-12.20	9.50-11.50
Подготовка к обеду, воспитание культурно – гигиенических навыков. Обед.	-	11.30-12.30	12.20-13.00	11.50-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон.	-	12.30-15.30	13.00-15.30	12.30-15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Полдник.	-	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Совместная и самостоятельная деятельность. Игры. Индивидуальная деятельность с детьми в группе.	-	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Возвращение с прогулки.	-	16.30-17.30	16.30-17.50	16.30-17.40
Подготовка к ужину. Обучение культуре еды. Ужин.	-	17.30-18.00	17.50-18.20	17.40-18.10
Прогулка. Свободная деятельность детей. Уход детей домой.	-	18.00-19.00	18.20-19.00	18.10-19.00