РАСПОРЯДОК И РЕЖИМ ДНЯ

Непременным условием успешного развития детей и здорового образа жизни является правильный режим. В нашем ДОУ используется гибкий режим дня, т.е. в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья, а также по мере совершенствования профессионального мастерства педагогов и формирование у детей навыков и умений. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМНЫХ МОМЕНТОВ

Осуществляя режимные моменты, необходимо учитывать индивидуальные особенности детей (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т. д.). Приближенный к индивидуальным особенностям ребенка режим детского сада способствует его комфорту, хорошему настроению и активности.

Прием пищи. Не следует заставлять детей есть, важно, чтобы они ели с аппетитом. Дети едят охотнее, если предоставлять им право выбора блюд (хотя бы из двух блюд). Надо учитывать, что дети едят с разной скоростью, поэтому следует предоставлять им возможность принимать пищу в своем темпе.

Недопустимо заставлять ребенка сидеть за столом в ожидании еды или после ее приема. Поев, ребенок может поблагодарить и заняться самостоятельными играми.

Прогулка. Для укрепления здоровья детей, удовлетворения их потребности в двигательной активности, профилактики утомления необходимы ежедневные прогулки.

Нельзя сокращать продолжительность прогулки. Важно обеспечить достаточное пребывание детей на свежем воздухе в течение дня.

Ежедневное чтение. В режиме дня целесообразно выделить постоянное время для ежедневного чтения детям. Читать следует не только художественную литературу, но и познавательные книги, детские иллюстрированные энциклопедии, рассказы для детей по истории и культуре родной страны и зарубежных стран. Чтение книг и обсуждение прочитанного помогает на примере литературных героев воспитывать в детях социально-нравственные качества, избегая нудных и бесполезных поучений и нотаций. При этом нельзя превращать чтение в занятие — у ребенка всегда должен быть выбор: слушать или заниматься своими делами. Задача педагога — сделать процесс чтения увлекательным и интересным для всех детей.

Дневной сон. Необходимо создавать условия для полноценного дневного сна детей. Для этого в помещении, где спят дети, следует создать спокойную, тихую обстановку, обеспечить постоянный приток свежего воздуха. Кроме того, быстрому засыпанию и глубокому сну способствуют полноценная двигательная активность в течение дня и спокойные тихие игры, снимающие перевозбуждение.

Регламентирование образовательного процесса по группам (возрастам).
Учебный год, холодный период

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
(протокол от 31.08.2026 № 1)

УТВЕРЖДЕН
приказом МБДОУ «Детский сад №2 «Зезаг» с.Беркат-Юрт Грозненского муниципального района»
от 01.09.2026 № 112-од

Режим и распорядок дня на холодный период
в группе раннего возраста «Цыплята»
на 2026-2027 учебный год

Временной интервал	Режимный момент	Виды деятельности
7.00-8.00	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	Утренний отрезок времени: - Свободная игровая деятельность - Утренняя гимнастика в игровой форме - Индивидуальное общение с воспитателем
8.00-8.30	Подготовка к завтраку, завтрак	Формирование КГН и навыков самообслуживания: - Приучение к аккуратности во время приема пищи. - Развитие навыка пользования ложкой
8.30-9.00	Активное бодрствование (игры, предметная деятельность)	Игровая деятельность: - Дидактические игры (вкладыши, сортеры). - Подвижные игры с простыми правилами, - Музыкальные минутки (песенки, потешки).
9.00-9.30	Занятия в игровой форме по подгруппам	Игры-занятия
10.00-10.15	Второй завтрак	Формирование КГН и навыков самообслуживания: - Приучение к аккуратности во время приема пищи
9.30-11.00	Подготовка к прогулке, прогулка	Прогулка: - Наблюдения за природой - Подвижные игры - Самостоятельная деятельность - Индивидуальная работа
11.00-11.30	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	Гигиенические процедуры
11.30-12.00	Обед	Формирование КГН и навыков самообслуживания: - Приучение к аккуратности во время приема пищи. - Развитие навыка пользования ложкой
12.00-15.00	Дневной сон	- Чтение коротких сказок, слушание колыбельных

15.00-15.30	Постепенный подъем, оздоровительные процедуры, подготовка к уплотненному полднику	- Закаливание (воздушные ванны, ходьба по массажным коврикам после сна)
15.30-16.00	Уплотненный полдник	Формирование КГН и навыков самообслуживания: -Приучение к аккуратности во время приема пищи. - Развитие навыка пользования ложкой
16.00-16.30	Занятия в игровой форме по подгруппам (при необходимости, если они не были проведены в первой половине дня)	Игры-занятия
16.30-17.00	Активное бодрствование	Самостоятельная деятельность: - Игры в центрах активности
17.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	Вечерняя прогулка: - Спокойные игры - Наблюдения за вечерними изменениями в Природе - Спокойные игры, взаимодействие воспитателя с родителями

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
(протокол от 31.08.2026 № 1)

УТВЕРЖДЕН
приказом МБДОУ «Детский сад №2 «Зезаг» с.Беркат-Юрт Грозненского муниципального района»
от 01.09.2026 № 109-од

Режим и распорядок дня на холодный период
в младшей группе «Звездочки»
на 2026-2027 учебный год

Временной интервал	**Режимный момент**	**Виды деятельности (на основе ФОП ДО)**
7.00-8.30	Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	Утренний отрезок времени (24.9-24.10): Игровые ситуации, индивидуальные игры, игры подгруппами (с/р, дид., подв., муз.), беседы, утренний круг, практические ситуации (КГН, правила поведения), наблюдения в группе/у окна, трудовые поручения (простые), инд.работа, рисование/лепка
8.30-9.00	Завтрак	Культура поведения за столом, самообслуживание
8.50-9.00	*Игры, подготовка к занятиям*	*Спокойные игры, дидактические игры, подготовка материалов, формирование навыков организованности*
9.00-9.40	Занятия	Занятия (24.11-24.14): Занятия в форме игровых/ образовательных ситуаций
9.40-10.00	Игры	Самостоятельная деятельность (24.17): Игры по выбору в центрах активности.
10.00-10.15	Второй завтрак	Формирование КГН и навыков самообслуживания: - Приучение к аккуратности во время приема пищи
10.15-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	Прогулка (24.15): Наблюдения за природой (простые), подвижные игры, эксперименты (простые с водой, песком), с/р игры (с природным материалом), трудовая деятельность (с помощью взрослого), свободное общение, инд.работа Реализация Программы «Ненан мотт – сан дозалла» (наблюдения, п/и)
12.00-12.30	Обед	Культура поведения за столом, самообслуживание
12.30-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон	Формирование навыков раздевания, тихие игры /чтение перед сном.

15.30-16.00	Подъем, закаливание	Закаливающие процедуры после сна (облегченная одежда, ходьба по дорожкам, умывание прохладной водой).
16.00-16.30	Уплотненный полдник	Культура поведения за столом, самообслуживание
16.30-17.00	Игры, самостоятельная деятельность детей	Самостоятельная деятельность (24.17): Игры по выбору в центрах активности. Вторая половина дня (24.16): Игровые ситуации в подгруппах, чтение, прослушивание аудио, рассматривание иллюстраций, мультфильмы (короткие), музыкальные игры Реализация Программы «Ненан мотт – сан дозалла» (чтение, беседы, п/и)
17.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой	Прогулка (24.15): Подвижные игры, наблюдения, с/р игры, свободная деятельность, общение с педагогом. - Спокойные игры, общение с родителями.

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
(протокол от 31.08.2026 № 1)

УТВЕРЖДЕН
приказом МБДОУ «Детский сад №2 «Зезаг» с.Беркат-Юрт Грозненского муниципального района»
от 01.09.2026 № 109-од

Режим и распорядок дня на холодный период
в средней группе «Ладушки»
на 2026-2027 учебный год

Временной интервал	Режимный момент	Виды деятельности (на основе ФОП ДО)
7.00-8.30	Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	Утренний отрезок времени (24.9-24.10): С/р, дидактические, подвижные, музыкальные игры (инд., подгруппами), утренний круг, беседы, развивающее общение, практические проблемные ситуации (КГН, здоровье, поведение), наблюдения, дежурства, инд.работа, продуктивная деятельность.
8.30-9.00	Завтрак	Культура поведения за столом, самообслуживание, дежурства
9.00-9.50	Занятия	Занятия (24.11-24.14): Образовательные ситуации, тематические события, проблемно-обучающие ситуации, интегрированные занятия
9.50-10.05	Игры	Самостоятельная деятельность (24.17): Игры по выбору в центрах активности.
10.05-10.15	Второй завтрак	Формирование КГН и навыков самообслуживания: - Приучение к аккуратности во время приема пищи
10.15-12.30	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	Прогулка (24.15): Наблюдения, подвижные и спортивные игры, эксперименты, с/р и конструктивные игры с природным материалом, труд на участке, свободное общение, инд.работа Реализация Программы «Ненан мотт – сан дозалла» (наблюдения, п/и)
12.30-13.00	Обед Подготовка ко сну	Культура поведения за столом, самообслуживание, дежурства Развитие навыков раздевания, тихие игры
13.00-15.30	Дневной сон	Чтение перед сном
15.30-16.00	Подъем, закаливание	Закаливающие процедуры после сна (облегченная одежда, ходьба по дорожкам, умывание прохладной водой)
16.00-16.30	Уплотненный полдник	Культура поведения за столом
16.30-17.00	Игры,	Самостоятельная деятельность (24.17):

	самостоятельная деятельность детей	Игры по выбору в центрах активности. Вторая половина дня (24.16, 24.18-24.19): Элементарный труд (уборка, ремонт книг/игр), чтение, прослушивание, иллюстрации, мультфильмы, музыкальные игры, выставки, мастерские. Культурные практики: игровые, продуктивные, познавательно-исследовательские, чтение х/л Программа «Ненан мотт – сан дозалла» (чтение, беседы, п/и)
17.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой	Прогулка (24.15): Подвижные игры, свободная игровая деятельность, наблюдения -Спокойные игры, общение с родителями

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
(протокол от 31.08.2026 № 1)

УТВЕРЖДЕН
приказом МБДОУ «Детский сад №2 «Зезаг» с.Беркат-Юрт Грозненского муниципального района»
от 01.09.2026 № 109-од

Режим и распорядок дня на холодный период
в старшей группе «Зайчики»
на 2026-2027 учебный год

Временной интервал	Режимный момент	Виды деятельности (на основе ФОП ДО)
7.00-8.30	Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	Утренний отрезок времени (24.9-24.10): Разнообразные игры (с/р, дид., подв., муз., режис.) инд. и в подгруппах, утренний круг (планирование дня), развивающие беседы, проблемные ситуации (поведение, здоровье), наблюдения, дежурства, инд.работа, продуктивная деятельность
8.30-9.00	Завтрак	Культура поведения за столом, самообслуживание, дежурства
9.00-10.00	Занятия	Занятия (24.11-24.14): Образовательные ситуации, проблемно-обучающие ситуации, интегрированные занятия, творческие и исследовательские проекты
10.00-10.10	Второй завтрак	Развитие аккуратности во время приема пищи
10.10-12.30	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	Прогулка (24.15): Систематические наблюдения (установление связей и зависимостей), спортивные упражнения, эксперименты, конструктивные игры (создание построек из природного материала), трудовая деятельность, свободное общение, инд.работа Реализация Программы «Ненан мотт – сан дозалла» (наблюдения, п/и)
12.30-13.00	Обед	Культура поведения за столом, самообслуживание, дежурства
13.00-15.30	Дневной сон	Чтение перед сном.
15.30-16.00	Подъем, закаливание	Закаливающие процедуры
16.00-16.30	Уплотненный полдник	Культура поведения за столом
16.30-16.55	Занятие	Занятия (24.11-24.14): Образовательные ситуации, проблемно-обучающие ситуации, интегрированные занятия, творческие и исследовательские проекты
16.55-17.30	Игры, самостоятельная	Самостоятельная деятельность (24.17): Игры по выбору в центрах активности.

	деятельность детей	Вторая половина дня (24.16, 24.18-24.19): Труд (изготовление игрушек, стирка кукольного белья), чтение, аудиозаписи, иллюстрации. Культурные практики: игровые, продуктивные, познавательно-исследовательские, чтение х/л Реализация Программы «Ненан мотт – сан дозалла» (чтение, беседы, п/и)
17.30-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность Уход домой	Прогулка (24.15): Спортивные игры/упражнения, свободная игровая деятельность (с/р, конструктивные), наблюдения. -Спокойные игры, общение с родителями

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
(протокол от 31.08.2026 № 1)

УТВЕРЖДЕН
приказом МБДОУ «Детский сад №2 «Зезаг» с.Беркат-Юрт Грозненского муниципального района»
от 01.09.2026 № 109-од

Режим и распорядок дня на холодный период
в подготовительной группе «Лучики»
на 2026-2027 учебный год

Временной интервал	Режимный момент	Виды деятельности (на основе ФОП ДО)
7.00-8.30	Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	Утренний отрезок времени (24.9-24.10): Сложные с/р и режиссерские игры, игры с правилами (дид., подв.), утренний круг (обсуждение, планирование, выбор деятельности), развивающие беседы и дискуссии, проблемные ситуации (этические, здоровье), наблюдения (фиксация), дежурства, инд.работа.
8.30-9.00	Завтрак	Культура поведения за столом, самообслуживание, дежурства
9.00-10.50	Занятия	Занятия (24.11-24.14): Проектная деятельность (долгосрочная, исследовательская), углубленные проблемно-обучающие ситуации, интегрированные занятия (комплексные), творческие мастерские
10.10-10.20	Второй завтрак (в перерыве между вторым и третьим занятием)	Развитие аккуратности во время приема пищи
10.50-12.30	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	Прогулка (24.15): Наблюдения с фиксацией результатов (календарь природы, дневники), спортивные игры и упражнения (с элементами соревнования), конструктивные игры с разработкой планов, трудовая деятельность (организованная), свободное общение, инд.работа. Реализация Программы «Ненан мотт – сан дозалла» (наблюдения, п/и)
12.30-13.00	Обед	Культура поведения за столом, самообслуживание, дежурства
13.00-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон,	Чтение перед сном.
15.30-16.00	Подъем, закаливание	Закаливающие процедуры

16.00-16.30	Уплотненный полдник	Культура поведения за столом
16.30-17.30	Игры, самостоятельная деятельность детей	Самостоятельная деятельность (24.17): Центры активности (акцент на познание, конструирование, экспериментирование). Вторая половина дня (24.16, 24.18-24.19): Труд (изготовление пособий, ремонт, рукоделие), Культурные практики: исследовательские проекты, коллекционирование, мастерские, чтение и обсуждение х/л, подготовка к спектаклям/праздникам Программа «Ненан мотт – сан дозалла» (чтение, беседы, п/и)
17.30-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность Уход домой	Прогулка (24.15): Спортивные игры, игры-эстафеты, самостоятельная организация игр детьми, наблюдения. - Спокойные игры, общение с родителями.