

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
«Чернореченский детский сад комбинированного вида»

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 29.08.2024г.

«УТВЕРЖДЕНО»
Приказом заведующего МДОБУ
«Чернореченский ДСКВ»
№ 68 -ОД от 29.08.2024г

**Организация режима дня для воспитанников
МДОБУ «Чернореченский ДСКВ»
в холодный и тёплый периоды года**

(Приложение №1)

Пояснительная записка

В Муниципальном дошкольном образовательном бюджетном учреждении «Чернореченский детский сад комбинированного вида» все группы функционируют в режиме 5-дневной рабочей недели (понедельник – пятница) выходные дни (суббота, воскресенье), общегосударственные праздники: длительность пребывания детей в ДООУ 12 часов, с 07.00 до 19.00.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Режимы дня разработаны на основе:

- Федеральной образовательной программы дошкольного образования, утверждённой Министерством просвещения от 25 ноября 2022 года № 1028, Зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 28.12.2022 года регистрационный № 71847.
<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044>

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (актуальная ред.) «Об образовании в Российской Федерации»
http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384) https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_154637/

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202011120001>

Режим дня представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Режим и распорядок дня устанавливается с учетом санитарно-эпидемиологических требований, условий реализации программы Организации, потребностей участников образовательных отношений.

Основными компонентами режима в ДОУ являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и 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.

Дети, соблюдающие режим дня, более уравновешены и работоспособны, у них постепенно вырабатываются определенные биоритмы, система условных рефлексов, что помогает организму ребенка физиологически переключаться между теми или иными видами деятельности, своевременно подготавливаться к каждому этапу: приему пищи, прогулке, занятиям, отдыху. Нарушение режима отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.

Приучать детей выполнять режим дня необходимо с раннего возраста, когда легче всего вырабатывается привычка к организованности и порядку, активной деятельности и правильному отдыху с максимальным проведением его на свежем воздухе. Делать это необходимо постепенно, последовательно и ежедневно.

Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

При организации режима предусмотрено оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, двигательная активность ребенка в течение дня, сочетание умственной и физической нагрузки. Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствует требованиям, предусмотренным Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2, действующим до 1 марта 2027 г. (далее – Гигиенические нормативы), и Санитарными правилами СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,

утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (далее – Санитарно-эпидемиологические требования).

Показатель	Возраст /Норматив					
Организация образовательного процесса						
Начало занятий не ранее	все возраста					8.00
Окончание занятий, не позднее	все возраста					17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста	от 2 до 3 лет/ 10 минут	от 3 до 4 лет/ 15 минут	от 4 до 5 лет/ 20 минут	от 5 до 6 лет/ 25 минут	от 6 до 7 лет/ 30 минут	не более
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста	от 2 до 3 лет/ 20 минут	от 3 до 4 лет/ 30 минут	от 4 до 5 лет / 40 минут	от 5 до 6 лет/ 50 минут или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна	от 6 до 7 лет / 90 минут	не более
Показатели организации образовательного процесса	все возраста					не менее 10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики	все возраста					не менее 2-х минут
Продолжительность дневного сна	2–3 года /3 часа	3–7 лет/2,5 часа				не менее
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет					3 часа в день

Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возраста	1 часа в день
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно пункту 185 Гигиенических нормативов при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и т. д.).

Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДООУ и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32 (далее – СанПиН по питанию).

Согласно пункту 183 Гигиенических нормативов Организация может корректировать режим дня в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года. Ниже приведены требования к организации образовательного процесса, режиму питания, которыми следует руководствоваться при изменении режима дня.

Организация может самостоятельно принимать решение о наличии второго завтрака и ужина, руководствуясь следующими положениями СанПиН по питанию:

Основная образовательная программа МДОБУ «Чернореченский ДСКВ» реализуется в течении всего времени пребывания детей в организации.

В соответствии с СанПиН разработано расписание занятий, проводимых педагогами с детьми (при работе по пятидневной неделе).

Режим дня в холодный период года

Виды деятельности	Группы	Ранний возраст	Младший возраст		Старший возраст	
		(2-3 года)	(3-4 года)	(4-5 лет)	(5-6 лет)	(6-7 лет)
Прием детей (самостоятельная деятельность) Осмотр детей, СОД, самостоятельная деятельность		7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15
Утренняя гимнастика, личная гигиена.		8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30
Завтрак		8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей		8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00
Занятия согласно расписанию, физ. минутки и перерыв -10 минут между занятиями		9.00-9.30 Занятия 9.00-9.10 9.20-9.30	9.00-9.40 Занятия 9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.50 Занятия 9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-10.00 Занятия 9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-10.50 Занятия 9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Второй завтрак		9.30 – 9.50	9.40 – 10.00	9.50 -10.00	10.00 – 10.10	10.10 -10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)		9.50-11.50	10.00-12.00	10.00-12.00	10.10-12.00	10.50-12.30
Обед		11.50-12.20	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон. (продолжительность дневного сна от 1-3 лет – 3 часа; от 3 до 7 лет – 2,5 часа)		12.20- 15.20	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	13.00-15.30
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры, (личная гигиена, игры)		15.20-15.30	15.00-13.00	15.00-15.30	15.00-15.30	15.30-15.40
Уплотнённый полдник		15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.40-16.00
СОД, самостоятельная деятельность (игры)		16.00-17.20	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30 Занятие 16.00-16.25	16.00-17.30
Прогулка, самостоятельная деятельность детей (игры). Уход детей домой.		17.20-19.00	17.30-19.00	17.30-19.00	17.30-19.00	17.30-19.00

Режим дня в тёплый период.

Группы	Ранний возраст (2-3 года)	Младший возраст		Старший возраст	
		(3-4 года)	(4-5 лет)	(5-6 лет)	(6-7 лет)
Виды деятельности					
Приём и осмотр детей, игры (на улице)	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20
Утренняя гимнастика (на улице)	8.15-8.20	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.20-8.50	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.50-9.30	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00
Второй завтрак	9.30 – 9.50	9.40 – 10.00	9.50 -10.00	9.50 -10.00	9.50 -10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке. Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к обеду	9.50 – 11.30	10.00-12.00	10.00-12.00	10.00-12.00	10.00-12.00
Обед	11.30-12.00	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон (продолжительность дневного сна от 1-3 лет – 3 часа; от 3 до 7 лет – 2,5 часа)	12.00- 15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Подъём, закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Уплотнённый полдник	15.15-15.45	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка Игры, уход детей домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00