**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий МДОУ «Детский сад № 2»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Курсевич И.В.

11.07.2024

Режим дня и распорядок МДОУ «Детский сад №2»

# Дошкольное образовательное учреждение МДОУ «Детский сад №2» функционирует в режиме:

* 8-10 часового пребывания;
* пятидневная рабочая неделя;
* часы работы – с 07.30 до 17.30; Дежурная группа до 19.00.
* выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

# Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

* + Правильно построенный режим дня предполагает оптимальное соотношение периодов

бодрствования и сна в течение суток, целесообразно сочетание различных видов деятельности и отдыха в процессе бодрствования.

* + Режим способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия для своевременного развития, формирует способность к адаптации к новым условиям.
  + Все возрастные группы работают по двум временным (сезонным) режимам: на теплый и холодный периоды года*.*
  + Для воспитанников, вновь поступающих в детский сад, предполагается режим постепенного вхождения в группу, а также организован консультационный пункт в течение года с проведением мероприятий для будущих воспитанников.
  + На период карантинных мероприятий предполагаются режимы карантина по показаниям врача или старшей медицинской сестры.
  + В период летнего оздоровительного периода в МДОУ действует оздоровительный режим, предполагающий увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе.
  + Ежедневно в летний период и в остальное время года при позволяющих погодных условиях прием детей осуществляется на свежем воздухе.

# Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

* + построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
  + решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках основной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

# Основные принципы построения режима дня:

–режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в

–дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;

–режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника (в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня);

–организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года, контроль за выполнением режима дня в МДОУ осуществляет медицинская сестра.

# Организация сна

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа. По гигиеническим нормативам дети в возрасте от одного года до трех лет должны спать днем 3 часа, а дети четырех – семи лет – 2,5 часа (СанПиН 1.2.3685-21). Перед сном подвижные эмоциональные игры не проводятся.

При организации сна учитываются следующие правила:

* В момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.
* Спальню ( п омещение ) перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов.
* Допускаются такие граничные показатели: спальная варьируется в рамках 18-22, но лучше всего – 22 градуса. Игровая: в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса.
* Во время сна детей присутствие воспитателя (или младшего воспитателя) в помещении обязательно.
* Не допускается хранение в местах нахождения воспитанников лекарства и дезинфицирующих растворов.
* Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

# Организация прогулки

В соответствии с требованиями СанПиН (1.2.3685-21) ежедневная продолжительность прогулки детей в ДОУ составляет около 3- 4 часа Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна и (или) перед уходом детей домой. На утреннюю прогулку отводится больше времени – 2 часа, на вечернюю прогулку меньше – 1 час.

Утренний прием детей ежедневно летом и при теплых погодных условиях в течение года осуществляется на свежем воздухе. При температуре воздуха ниже - 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°С и скорости ветра более 15 м/с.

При сильном ветре и неблагоприятных условиях прогулка сокращается. Если на улице днем больше 28–30 ˚С, прогулка сдвигается на более раннее время, чтобы в самую жару уйти в помещение.

# Температурный режим

Контроль за формированием комфортных условий для отдыха и развития детей ложится на плечи воспитателей, которые должны следить за надлежащим проведением уборок и подготовкой игровых и спальных к приему детей. Так, кроме соблюдения температурного режима, обязательно контролировать влажность воздуха и проветривание помещений.

По СанПин проветриванию подлежат все комнаты, в которых играют, занимаются или отдыхают малыши. И проводится процедура согласно таким нормам:

* + минимум два раза в день по максимум 30 минут с формированием сквозняка, но при отсутствии детей;
  + заканчивается за полчаса до прихода воспитанников;
  + одностороннее в присутствии малышей и только в жаркую, сухую погоду.

Влажность воздуха в комнатах детского сада не должна подниматься выше 60% и не может быть ниже 40. Что касается температуры, то допускаются такие граничные показатели:

* + игровая в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса;
  + спальная варьируется в рамках 18-22, но лучше всего – 22.

*Допускается небольшое отклонение от фиксированных нормативов, но только в сторону уменьшения показателей. Превышение максимально допустимых цифр – строго запрещено.*

На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

Режим дня может меняться в зависимости от направленности групп, возрастной категории детей.

При составлении режима дня *(теплый, холодный периоды года)* учитывается:

–Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», СанПиН 1.2.3685-21.

# Распорядок (режим) дня

(Холодный период года*)*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Режимные моменты*** | **1,5 – 3 года** | **3 – 4 года** | **4 – 5 лет** | **5 – 6 лет** | **6 – 7 лет** |
| Прием детей, игровая  деятельность, утренняя гимнастика | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 |
| Организованная образовательная  деятельность(игры-занятия) | 9.00-9.30  по  подгруппам | 9.00-9.40 | 9.00-9.50 | 9.00-10.00 | 9.00-10.50 |
| Игры, самостоятельная и  организованная деятельность детей | 9.00-9.30  по  подгруппам | \_ | \_ | \_ | \_ |
| Второй завтрак | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.50-11.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.30-11.30 | 9.40-11.40 | 9.50-12.00 | 10.00-12.10 | 11.00-12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.30-11.50 | 11.40-12.15 | 12.00-12.30 | 12.10-12.30 | 12.30-12.50 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 11.50-15.00 | 12.15-15.00 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 | 12.50-15.20 |
| Постепенный подъем | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 | 15.20-15.30 |
| Игры, самостоятельная и  организованная деятельность детей | 15.15-15.30 | 15.15-15.30 | 15.15-15.30 | 15.15-15.30 | \_ |
| Подготовка, полдник | 15.30-15.50 | 15.30-15.50 | 15.30-15.50 | 15.30-15.50 | 15.30-15.50 |
| Организованная образовательная  деятельность(игры-занятия) | 15.50-16.20  по  подгруппам | \_ | \_ | 15.50-16.15 | \_ |
| Игры, самостоятельная и  организованная деятельность детей | 15.50-16.20  по  подгруппам | 15.50-16.20 | 15.50-16.20 | 16.15-16.30 | 15.50-16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 16.20-17.30 | 16.20-17.30 | 16.20-17.30 | 16.30-17.30 | 16.30-17.30 |

# Теплый период года

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Режимные моменты*** | **1,5 – 3 года** | **3 – 4 года** | **4 – 5 лет** | **5 – 6 лет** | **6 – 7 лет** |
| Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.40 | 7.30-8.40 | 7.30-8.40 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.40-9.00 | 8.40-9.00 | 8.40-9.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.00-11.30 | 9.00-12.00 | 9.00-12.00 | 9.00-12.00 | 9.00-12.00 |
| Второй завтрак | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 11.30-11.40 | 12.00-12.05 | 12.00-12.05 | 12.00-12.05 | 12.00-12.05 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.40-12.10 | 12.05-12.30 | 12.05-12.30 | 12.05-12.30 | 12.05-12.30 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.10-15.10 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 |
| Постепенный подъем  Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.00-15.30 | 15.00-15.30 | 15.00-15.30 | 15.00-15.30 | 15.00-15.30 |
| Подготовка, полдник | 15.30-15.50 | 15.30-15.50 | 15.30-15.50 | 15.30-15.50 | 15.30-15.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры,  самостоятельная деятельность, уход детей домой | 15.50-17.30 | 15.50-17.30 | 15.50-17.30 | 15.50-17.30 | 15.50-17.30 |