

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МДОУ

«Новомичуринский детский сад №6»

Савельева Е.В.

2024 г.



## Режим дня и распорядок МДОУ «Новомичуринский детский сад №6»

Дошкольное образовательное учреждение МДОУ «Новомичуринский детский сад №6» функционирует в режиме:

- полного дня (12-часового пребывания)
- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы – с 07.00 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 организация 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);



деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов  
Режим дня может меняться в зависимости от направленности группы, возрастной категории детей

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

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г., СанПиН 1.2.3685-21

– Примерный режим дня общеобразовательной программы дошкольного образования в соответствии с ФООП ДО

### Распорядок (режим) дня (Холодный период года)

Режимные моменты	1,6-3 года ясли	3-4 года младшая	4-5 лет средняя	5-6 лет старшая	6-7 лет подготовит ельная
Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.00-8.30	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.45	8.30-8.50
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.10 (по подгруппам)	8.50-9.00	8.50-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность (игры-занятия)	8.40-9.10 (по подгруппам)	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.05	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	9.10-11.20	9.40-11.30	9.50-11.45	10.05 – 11.55	10.50- 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-11.30	11.30-11.45	11.45-12.00	11.55-12.10	12.00-12.15
Подготовка к обеду, обед	11.30-11.50	11.45-12.15	12.00-12.30	12.10-12.35	12.15-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00	12.15-15.00	12.30-15.00	12.35-15.00	12.40-15.00
Постепенный подъем (закаливающие процедуры, гимнастика после сна)	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подник	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.25-15.40	15.25-15.40
Индивидуальная работа с детьми согласно графику (чтение художественной литературы, беседы с детьми по патриотическому воспитанию, ОБЖ, социальному развитию)	15.30-16.15	15.30-16.20	15.30-16.30	15.40-16.40	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-16.45	16.20-16.45	16.30-16.50	16.35- 17.00	16.40- 17.00
Подготовка к ужину, Ужин	16.45-17.00	16.45-17.00	16.50-17.00	17.00-17.10	17.05-17.15
Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.10-19.00	17.15-19.00



— 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 2 - 2,5 ч. 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 (помещение) 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 лекарств 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 ч. 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°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°C 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 уборки 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



**Распорядок (режим) дня**  
(Теплый период года)

Режимные моменты	1,6-3 года ясли	3-4 года младшая	4-5 лет средняя	5-6 лет старшая	6-7 лет подготовит ельная
Прием детей (на воздухе), игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.15	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.20	7.00-8.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.15-8.40	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.45	8.40-9.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.10	8.50-9.20	8.50-9.20	8.45-9.00	8.50-9.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.10-11.20	9.20-11.45	9.20-11.55	9.20-12.00	9.20-12.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.20-11.30	11.45-11.55	11.45-12.00	12.00 – 12.15	12.00-12.15
Подготовка к обеду, обед	11.30-11.50	11.55-12.15	12.00-12.30	12.10-12.35	12.15-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон Постепенный подъем (закаливающие процедуры, гимнастика после сна)	11.50-15.15	12.15-15.15	12.30-15.15	12.10-12.30	12.40-15.30
Подник	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.30-15.40	15.30-15.40
Познавательно-игровая деятельность	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.25-15.40	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-16.45	16.00-16.45	16.00-16.50	15.40-17.00	16.00-17.05
Подготовка к ужину, Ужин	16.45-17.00	16.45-17.00	16.50-17.00	17.00- 17.10	17.05-17.15
Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.10-19.00	17.15-19.00