

Режим дня и распорядок МБДОУ детский сад общеразвивающего вида с. Верх-Усугли

Дошкольное образовательное учреждение МБДОУ детский сад общеразвивающего вида с. Верх-Усугли функционирует в режиме:

- ☐ полного дня (10,5 -часового пребывания)
- ☐ пятидневная рабочая неделя;
- ☐ часы работы – с 07.30 до 18.00;
- ☐ 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.

—На период карантинных мероприятий предполагаются режимы карантина по показаниям врача или старшей медицинской сестры.

—В период летнего оздоровительного периода в МБДОУ 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 (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 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°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 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. – Примерный режим дня общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией М.Е. Вераксы.

Распорядок (режим) дня
(Холодный период года)

<i>Режимные моменты</i>	1,6 – 2 года	2-3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.40	7.30-8.40	7.30-8.40	7.30-8.40	7.30-8.40	7.30-8.50
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40- 9.00	8.45 – 9.00	8.45-9.00	8.40- 9.05	8.40-9.00	8.50-9.05
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.00-9.10	9.00- 9.10	9.00-9. 30	9.05-9.30	9.00-9.20	9.05-9.20
Организованная образовательная деятельность (игры-занятия)	9.10-9.25 9.30 -9.45 (1 занятие) по Подгруппам	9.10 – 9.30 9.40 – 10.00	9.30-10.10	9.30-10.20	9.20-11.10	9.20-10.30
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.10-10.15	10.20-10.30	10.00 – 10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	9.55-11.00	10.15 – 11.30	10.20 -11.30	10.30-11.30	11.10-12.30	10.40-12.15
Подготовка к обеду, обед	11.00 – 12.00	11.15- 12.15	11.30-12.30	11.45-12.30	12.00-13.15	12.15-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.30 -15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	13.15- 15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.15 – 15.30	15.15-15.35	15.15-15.35	15.20-15.40	15.15-15.30
Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.30-16.00	15.30- 16.00	15.35-16.05	15.35-16.25	15.40-16.10	15.30-16.15
Организованная образовательная деятельность (игры-занятия)	16.00- 16.15.-16.45 (2 занятие по подгруппам)					
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.00-18.00	16.15 – 18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.10-18.00	16.15-18.00

Теплый период года

Режимные моменты	1,6 – 2 года	2-3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.55	7.30-8.55	7.30-8.50	7.30-8.50	7.30-8.50	7.30-9.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.55- 9.10	8.55 – 9.10	8.55-9.10	8.50- 9.15	8.50-9.10	9.00-9.15
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.10-9.20	9.10- 9.20	9.10-9. 40	9.15-9.40	9.10.-9.30	9.15-9.30
Организованная образовательная деятельность (игры-занятия)	9.20-9.40 9.50 -10.10 (2 занятие) по Подгруппам	9.20– 9.40 9.50 – 10.10	9.40-10.10	9.40-10.30	9.40-11.20	9.30-10.40
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.10-10.15	10.00-10.10	10.00 – 10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.15	10.15 – 11.40	10.20 -11.40	10.30-11.40	11.10-12.40	10.40-12.25
Подготовка к обеду, обед	11.20 – 12.00	11.25- 12.15	11.40-12.30	11.50-12.30	12.10-13.15	12.25-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.30 -15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	13.15- 15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.15 – 15.30	15.15-15.35	15.15-15.35	15.20-15.40	15.15-15.30
Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.30-16.30	15.30- 16.25	15.35-16.20	15.35- 16.15	15.40-16.10	15.30-16.05
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-18.00	16.25 – 18.00	16.20-18.00	16.15-18.00	16.10-18.00	16.05-18.00