

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 35 С.ОТРАДО-ОЛЬГИНСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН**

Режим дня и распорядок МБДОУ д/с № 35

МБДОУ д/с № 35 функционирует в режиме:

- сокращенного дня (10-часового пребывания)
- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы – с 07.30 до 17.30;
- 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 МБДОУ д/с № 35 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);
- организация режима дня проводится с учетом теплового и холодного периода года, контроль за выполнением режима дня в МБДОУ д/с № 35 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 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°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.

**Режим дня группы общеразвивающей направленности
от 2 до 3 лет на холодный период.**

Время	Мероприятия
7.30 – 8.10	Прием детей, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями.
8.10 – 8.30	Возвращение с прогулки. Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
8.30 – 8.50.	Завтрак.
8.50-9.00	Самостоятельная деятельность
9.00-9.30 перерыв 10 мин	Организованная образовательная деятельность
09.30-10.30	Самостоятельная и совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, дидактические, развивающие игры и др.
10.30-10.40	Второй завтрак
10.40-11.45	Прогулка: наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические, развивающие игры
11.45-12.00	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков.
12.00 – 12.30	Обед.
12.30 – 15.30	Подготовка ко сну, сон. Постепенный подъем, гимнастика – пробуждения, закаливающие процедуры, воспитание культурно- гигиенических навыков.
15.30 – 15.45	Подготовка к полднику. Полдник
15.45-16.10	Образовательная деятельность* Игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Чтение художественной литературы
16.10-17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдения, игры, труд, конструктивная деятельность, художественное творчество, самостоятельная деятельность Уход детей домой.

**Режим дня группы общеразвивающей направленности
3 до 4 лет на холодный период.**

Время	Мероприятия
7.30 – 8.10	Прием детей на воздухе, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями.
8.10 – 8.30	Возвращение с прогулки. Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
08.30 – 8.50.	Завтрак.

8.50-9.00	Самостоятельная деятельность
09.00 – 9.40* перерыв 10мин	Организованная образовательная деятельность
09.40-10.30	Самостоятельная и совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, дидактические, развивающие игры и др.
10.30-10.40	Второй завтрак
10.40-11.50	Прогулка: наблюдение, труд, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические, развивающие игры, изобразительная и конструктивная деятельность и др.
11.50-12.05	Возвращение с прогулки, водные процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков, подготовка к обеду, беседа о культуре поведения во время приема пищи
12.05-12.25	Обед.
12.25 – 15.10	Подготовка ко сну, сон.
15.10-15.30	Постепенный подъем, гимнастика - пробуждения, закаливающие процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков
15.30 – 15.45	Подготовка к полднику. Полдник
15.45-16.15*	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Чтение художественной литературы
16.15- 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, конструктивная и изобразительная деятельность, труд Уход детей домой

**Режим дня группы общеразвивающей направленности
от 4 до 5 лет на холодный период.**

Время	Мероприятия
7.30 – 8.10	Прием детей на воздухе, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями. Утренняя гимнастика.
8.10 – 8.30	Возвращение с прогулки. Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
08.30 – 8.50.	Завтрак.
8.50-9.00	Самостоятельная деятельность
09.00 – 9.50 перерыв 10мин	Организованная образовательная деятельность
09.50-10.30	Самостоятельная и совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, дидактические, развивающие игры и др.
10.30-10.40	Второй завтрак
10.40-12.10	Прогулка: наблюдение, труд, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические,

	развивающие игры, изобразительная и конструктивная деятельность и др.
12.10-12.20	Возвращение с прогулки, водные процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков, подготовка к обеду, беседа о культуре поведения во время приема пищи
12.20-12.40	Обед.
12.40 – 15.10	Подготовка ко сну, сон.
15.10-15.30	Постепенный подъем, гимнастика - пробуждения, закаливающие процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков Подготовка к полднику
15.30 – 15.45	Полдник
15.45-16.15*	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Чтение художественной литературы
16.15- 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, конструктивная и изобразительная деятельность, труд Уход детей домой

**Режим дня группы общеразвивающей направленности
от 5 до 6 лет на холодный период.**

Время	Мероприятия
7.30 – 8.10	Прием детей на свежем воздухе, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями
8.10 – 8.30	Утренняя гимнастика на свежем воздухе. Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
08.30 – 08.50	Завтрак.
8.50-9.00	Подготовка к НОД
09.00-9.20 9.30-9.50 перерыв между занятиями 10мин	Организованная образовательная деятельность
9.50-10.20	Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, дидактические, развивающие игры и др
10.30-10.40	Второй завтрак
10.40-12.15	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, труд, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические, развивающие игры, изобразительная и конструктивная деятельность.
12.15-12.25	Возвращение с прогулки, водные процедуры, воспитание культурно- гигиенических навыков, подготовка к обеду, беседа о культуре поведения
12.25– 12.40	Обед.
12.40 – 15.10	Подготовка ко сну, сон.
15.10-15.30	Постепенный подъем, гимнастика -пробуждения, закаливающие процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельная деятельность
15.30 – 15.45	Подготовка к полднику. Полдник
15.45-16.15*	Образовательная деятельность(вторник,четверг) Игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Чтение художественной литературы
16.15- 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка : наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, конструктивная и изобразительная деятельность, труд. Уход детей домой

**Режим дня группы общеразвивающей направленности
от 6 до 7 лет на холодный период.**

Время	Мероприятия
7.30 – 8.10	Прием детей на свежем воздухе, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями
8.10 – 8.30	Утренняя гимнастика на свежем воздухе. Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
08.30 – 08.50	Завтрак.
8.50-9.00	Подготовка к НОД

09.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50 перерыв между занятиями 10мин.	Организованная образовательная деятельность*
10.50-11.00	Второй завтрак
11.00-12.15	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, труд, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические, развивающие игры, изобразительная и конструктивная деятельность, закаливающие процедуры (игры с водой и песком, воздушные и солнечные ванны, босохождение)
12.15-12.25	Возвращение с прогулки, водные процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков, подготовка к обеду, беседа о культуре поведения
12.25– 12.40	Обед.
12.40 – 15.10	Подготовка ко сну, сон.
15.10-15.30	Постепенный подъем, гимнастика -пробуждения, закаливающие процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельная деятельность
15.30 – 15.45	Подготовка к полднику. Полдник
15.45-16.15*	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Чтение художественной литературы
16.15- 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка : наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, конструктивная и изобразительная деятельность, труд. Уход детей домой

Режим дня группы общеразвивающей направленности от 2 до 3 лет на теплый период.

Время	Мероприятия
7.30 – 8.10	Прием детей на свежем воздухе, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями Утренняя гимнастика на свежем воздухе
8.10 – 8.30	Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
08.30 – 09.00	Завтрак.
09.00-10.30	Образовательная деятельность на прогулке.* (музыкальная, физкультурная ОД) Самостоятельная деятельность, игры на свежем воздухе
10.30-10.40	Второй завтрак
10.40-11.50	Прогулка : наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические, развивающие игры, закаливающие процедуры (игры с водой и песком, воздушные и солнечные ванны)
11.50-12.00	Возвращение с прогулки, водные процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков, подготовка к обеду, беседа о культуре поведения.

12.00 – 12.20	Обед.
12.20 – 15.20	Подготовка ко сну, сон. Постепенный подъем, гимнастика - пробуждение, закаливающие процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков.
15.20-15.30	Подготовка к полднику.
15.30 – 15.50	Полдник
15.50-17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдения, игры, труд, конструктивная деятельность, художественное творчество, самостоятельная деятельность, уход детей домой.

**Режим дня группы общеразвивающей
направленности от 3 до 4 лет на теплый период.**

Время	Мероприятия
7.30 – 8.00	Прием детей на свежем воздухе, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями
8.00 – 8.30	Утренняя гимнастика на свежем воздухе. Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
08.30 – 09.00	Завтрак.
09.00-10.30	Образовательная деятельность на прогулке.* (музыкальная, физкультурная ОД) Самостоятельная деятельность, игры на свежем воздухе
10.30-10.40	Второй завтрак
10.40-12.00	Прогулка: наблюдение, труд, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические, развивающие игры, изобразительная и конструктивная деятельность, закаливающие процедуры (игры с водой и песком, воздушные и солнечные ванны, босохождение)
12.00-12.15	Возвращение с прогулки, водные процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков, подготовка к обеду, беседа о культуре поведения
12.15 – 12.45	Обед.
12.45 – 15.30	Подготовка ко сну, чтение художественной литературы (5-10мин), сон. Постепенный подъем, гимнастика - пробуждение, закаливающие процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков.
15.30 – 15.45	Подготовка к полднику. Полдник
15.45- 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка : наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, конструктивная и изобразительная деятельность, труд. Уход детей домой

**Режим дня группы общеразвивающей
направленности с 4 до 5 лет на теплый период.**

Время	Мероприятия
7.30 – 8.00	Прием детей на свежем воздухе, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями
8.00 – 8.30	Утренняя гимнастика на свежем воздухе. Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
08.30 – 09.00	Завтрак.

09.00-10.30	Образовательная деятельность на прогулке.* (музыкальная, физкультурная ОД) Самостоятельная деятельность, игры на свежем воздухе
10.30-10.40	Второй завтрак
10.40-12.10	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, труд, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические, развивающие игры, изобразительная и конструктивная деятельность, закаливающие процедуры (игры с водой и песком, воздушные и солнечные ванны, босохождение)
12.10-12.20	Возвращение с прогулки, водные процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков, подготовка к обеду, беседа о культуре поведения
12.20– 12.50	Обед.
12.50 – 15.30	Подготовка ко сну, чтение художественной литературы (5-10мин), сон. Постепенный подъем, гимнастика -пробуждение, закаливающие процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельная деятельность
15.30 – 15.45	Подготовка к полднику. Полдник
15.45- 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка : наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, конструктивная и изобразительная деятельность, труд. Уход детей домой

**Режим дня группы общеразвивающей
направленности от 5 до 6 лет на теплый период.**

Время	Мероприятия
7.30 – 8.00	Прием детей на свежем воздухе, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями
8.00 – 8.30	Утренняя гимнастика на свежем воздухе. Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
08.30 – 09.00	Завтрак.
09.00-10.30	Образовательная деятельность на прогулке.* (музыкальная, физкультурная ОД) Самостоятельная деятельность, игры на свежем воздухе
10.30-10.40	Второй завтрак
10.40-12.20	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, труд, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические, развивающие игры, изобразительная и конструктивная деятельность, закаливающие процедуры (игры с водой и песком, воздушные и солнечные ванны, босохождение)
12.20-12.30	Возвращение с прогулки, водные процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков, подготовка к обеду, беседа о культуре поведения
12.30 – 13.00	Обед.
13.00 – 15.30	Подготовка ко сну, чтение художественной литературы (5-10мин), сон. Постепенный подъем, гимнастика -пробуждение, закаливающие процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельная деятельность

15.30 – 15.45	Подготовка к полднику. Полдник
15.45- 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка : наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, конструктивная и изобразительная деятельность, труд. Уход детей домой

**Режим дня группы общеразвивающей
направленности от 6 до 7 лет на теплый период.**

Время	Мероприятия
7.30 – 8.10	Прием детей на свежем воздухе, осмотр, измерение температуры индивидуальные беседы с детьми, работа с родителями Утренняя гимнастика на свежем воздухе
8.10 – 8.30	Подготовка к завтраку, формирование культурно-гигиенических навыков
08.30 – 9.00	Завтрак. Подготовка к прогулке
09.00-10.30	Образовательная деятельность на прогулке.* (музыкальная, физкультурная ОД) Самостоятельная деятельность, игры на свежем воздухе
10.30-10.40	Второй завтрак
10.40-12.20	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, труд, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные, дидактические, развивающие игры, изобразительная и конструктивная деятельность, закаливающие процедуры (игры с водой и песком, воздушные и солнечные ванны, босохождение)
12.20-12.30	Возвращение с прогулки, водные процедуры, воспитание культурно- гигиенических навыков, подготовка к обеду, беседа о культуре поведения
12.30 – 13.00	Обед.
13.00 – 15.30	Подготовка ко сну, чтение художественной литературы (5-10мин), сон. Постепенный подъем, гимнастика -пробуждение, закаливающие процедуры, воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельная деятельность
15.30 – 15.45	Подготовка к полднику. Полдник
15.45- 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка : наблюдение, индивидуальная работа с детьми, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, конструктивная и изобразительная деятельность, труд. Уход детей домой

*Для детей от 3 до 7 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 2,5 часов в соответствии с пунктом 183 СанПиН 1.2.3685–21:

* Занятия в летний период проводятся на улице (три физкультурных, два музыкальных)
Продолжительность прогулок для детей до 7 лет не менее 3 часов в день