

Пояснительная записка

Организация режима пребывания детей в МБДОУ – детский сад № 201 осуществляется на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264), Федеральной образовательной программы дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 года № 1028), санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 1.2.3685-21, СП 2.4.3648-20 и СанПиН 2.3/2.4.3590-20, с учетом условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим функционирования МБДОУ:

- пятидневная рабочая неделя;
- продолжительность работы МБДОУ – 10,5 часов;
- режим работы групп МБДОУ с 07 час. 30 мин до 18 час. 00 мин.

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.

Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

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 учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и т. д.). При проведении режимных процессов следует придерживаться следующих правил:

1. Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании);
2. Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
3. Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах, поощрение самостоятельности и активности;

4. Формирование культурно-гигиенических навыков;

5. Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;

6. Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;

7. Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Основным принципом построения является соответствие возрастным психофизическим особенностям детей.

1. Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.

2. Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в МБДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

3. Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

Основными компонентами режима в МБДОУ являются:

– утренний прием,

– дневной сон,

– пребывание на открытом воздухе (прогулка),

– образовательная деятельность,

– игровая деятельность – отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность),

– прием пищи, – личная гигиена.

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 гибкий, однако неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

При организации режима предусматриваться оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточная двигательная активность ребенка в течение дня, обеспечивается 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 соответствуют 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 «Санитарноэпидемиологические 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).

Режим питания 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). На основании требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в режим всех возрастных групп введен второй завтрак – прием сока или фруктов.

Режим работы МБДОУ в период карантина

Карантин – система мероприятий, проводимых для предупреждения распространения инфекционных заболеваний из эпидемического очага и ликвидации самого очага. Эпидемический процесс данных заболеваний характеризуется сезонными изменениями, вспышками и возникающими эпидемиями различной интенсивности, которые поражают около 20% детей.

Сроки карантина устанавливаются на основании данных о наибольшей продолжительности инкубационного периода заболевания. Так, при гриппе и скарлатине карантин длится 7 дней, при ветряной оспе, краснухе и паротите – 21 день, при менингококковой инфекции – 10 дней, а при вирусном менингите – 20 дней. На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

Режим дня МБДОУ-детский сад № 201

На 2024-2025г.г. в холодный период

«02» сентября 2024 г.

**Утверждаю**

Заведующий МБДОУ № 201

Ларионова И.Г./

Приказ № 25-24 от 02.09.2024г

№ п/п	Режимные моменты Виды деятельности	2 младшая группа (3-4 лет) (1)	Средняя группа (4-5 лет) (1)	Старшая группа (5-6 лет) (2)	Подготовительная к школе группа (6-7 лет) (2)
1.	Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, общение, взаимодействие с родителями. Ежедневная утренняя гимнастика (не менее 10 мин).	07:30 – 8.30	07:30 – 8.30	07:30 – 8.30	07:30 – 8.30
2.	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку. Завтрак. Самостоятельные игры по выбору детей, подготовка к занятиям. Индивидуальная работа со специалистами.	08:30 – 09:00	8:30 – 9:00	8:30 – 9:00	8:30 – 9:10
3.	Занятия (включая физминутку в процессе занятия – 2 мин.; включая перерывы между занятиями – не менее 10 мин)	09:00 – 9:50	9:00 – 10:00	9:00 – 10:10	9:10 – 11:00
4.	Второй завтрак.	9:50	10:10	10:20	10:00
	Подготовка к прогулке, прогулка (познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, игровая деятельность).	10:00 – 12:00	10:10 – 12:10	10:20 – 12:20	11:00 – 12:30
5.	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь), самостоятельная деятельность детей. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду, обед.	12:00 – 12:30	12:10 – 13:00	12:20 – 13:00	12:30 – 13:00

6.	Подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон. Постепенный подъем. Ленивая, бодрящая гимнастика. Культурно-гигиенические, воздушные, водные процедуры.	12:30 – 15:00	13:00 – 15:30	13:00 – 15:30	13:00 – 15:30
7.	Игровая, продуктивная, познавательно-исследовательская деятельность, общение, чтение художественной литературы. Занятия (при необходимости), индивидуальная работа со специалистами. Подготовка к полднику. Полдник	15:00 – 16:30	15:15 – 16:30	15:30 – 16:30	15:30 – 16:30
8.	Игры, самостоятельная деятельность.	16:30 – 17:00	16:30 – 17:00	16:30 – 17:00	-
9.	Подготовка к прогулке (самообслуживание). Вечерняя прогулка (игровая, познавательно-исследовательская, двигательная деятельность, общение, взаимодействие с родителями). Игры, самостоятельная деятельность. Уход детей домой.	17.00 – 18.00	17.00 – 18.00	16:30 – 18:00	16:30 – 18:00
Итого самостоятельная деятельность (не менее 3-4 ч)		3,3 – 4 ч.	3,5 – 4 ч.	3,5 – 4 ч.	3,6 – 4 ч.
Итого прогулка (не менее 3ч. при 10ч. режиме)		3 ч.00 мин.	3 ч.00 мин.	3 ч.00 мин.	3 ч.00 мин.
Итого сон (2-3 ч)		2ч. 45 мин.	2ч. 15 мин	2ч. 15 мин	2ч.15мин.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402819

Владелец Ларионова Ирина Геннадьевна

Действителен с 17.01.2025 по 17.01.2026