

## **Режим дня и распорядок в дошкольном блоке МКОУ СОШ с.п. Псыкод**

### **Дошкольный блок МКОУ СОШ с.п. Псыкод 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 дошкольном блоке 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 дошкольном блоке 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 дошкольном блоке 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.
- Спальное 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 дошкольном блоке 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».

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

<i>Режимные моменты</i>	<b>2 – 3 года (1-я мл.группа)</b>	<b>3 – 4 года (2-я мл.группа)</b>	<b>4 – 5 лет (средняя)</b>	<b>6 – 7 лет (подготовительная)</b>
Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.10	8.25-8.45
Организованная образовательная деятельность(игры-занятия)	9.00-9.30	9.00-9.45	9.15-10.00	9.00-10.50 ( по подгруппам)
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.30-10.30	9.45-10.30	10.00-10.40	
Второй завтрак	10.30-11.00 (на прогулке)	10.35-11.05 (на прогулке)	10.40-11.10 (на прогулке)	10.50-11.20 (на прогулке)
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30-11.20	9.50-11.45	11.10-12.00	10.50-12.10
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.45-12.15	12.00-12.30	12.10-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.15-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00
Постепенный подъем	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
Подготовка, уплотненный полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность	16.00-17.15	16.50-17.15	16.50-17.15	16.50-17.15
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00

### Теплый период года

<i>Режимные моменты</i>	<b>2 – 3 года (1-я мл. группа)</b>	<b>3 – 4 года (2-я мл. группа )</b>	<b>4 – 5 лет (средняя)</b>	<b>6 – 7 лет (подготовительная)</b>
Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.10	8.25-8.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.00-10.30 (на улице)	9.00-10.30 (на улице)	9.10-10.40 (на улице)	8.45-10.50 (на улице)
Второй завтрак	10.30-11.00 (на прогулке)	10.35-11.05 (на прогулке)	10.40-11.10 (на прогулке)	10.50-11.20 (на прогулке)
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30-11.20	9.50-11.45	11.10-12.00	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30-12.00	11.45-12.15	12.00-12.30	12.10-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.00-15.00	12.15-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00
Подготовка ко сну, дневной сон	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Постепенный подъем	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Подготовка, уплотненный полдник	16.00-17.15	16.50-17.15	16.50-17.15	16.50-17.15
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 320871763559102820710709962820099434473656575718

Владелец Кимова Мадина Ногмановна

Действителен с 03.11.2023 по 02.11.2024