Принято
На Педагогическом совете
От «28» 08 2023г.

Протокол № 5 от 28.08.2023

Утверждаю
Заведующая МКДОУ «Д/с №14
«Золотой ключик»
_____ В.Г. Акимова

Режимы пребывания воспитанников

Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад №14 «Золотой ключик»

2023г.

Режим дня в дошкольных группах рассчитан на 12 -часовое пребывание детей в Детском саду и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы Детского сада, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО

Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса должны соответствовать 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 «Санитарно-эпидемиологические 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 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 необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и т. д.).

Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОО и 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).

Согласно пункту 183 Гигиенических нормативов Организация может корректировать режим дня в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года. Ниже приведены требования к организации образовательного процесса, режиму питания, которыми следует руководствоваться при изменении режима дня.

Требования и показатели организации образовательного процесса

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
Начало занятий не ранее	все возраста	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возраста	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет	10 минут 15 минут 20 минут

	от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет	25 минут 30 минут

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет	20 минут 30 минут 40 минут 50 минут или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна 90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возраста	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возраста	2-х минут
Показатели организации образовательного процесса		
Продолжительность ночного сна не менее	1–3 года 4–7 лет	12 часов 11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	1–3 года 4–7 лет	3 часа 2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возраста	1 часа в день
Утренний подъем, не ранее	все возраста	7 ч 00 мин
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

Режим дня в дошкольных группах

	1 младшая группа.	2 младшая группа.	Средняя группа.	Старшая группа.	Подготовит. группа.
Холодный период года					
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00- 8.20	7.00-8.20	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.45	8.20-8.45	8.20- 9.50	8.30 -8.50	8.25 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00	8.50 -9.00	8.50 -9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.20- 9.30 10.00-10.10	9.20- 9.30 10.00-10.10	9.00 -9.20 9.45-10.05	9.00 -9.25 9.35- 9.55 10.05-10.30	9.00- 9.30 9.40 - 10.10 10.20 -10-50
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, физические упражнения, самостоят. д-ть)	10.10-11.20	10.10 -11.20	10.05-11.35	10.30-11.40	10.50-11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	11.20-11.30	11.15 -11.35	11.20- 11.45	11.40-11.50	11.45 – 11.55
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.35-12.00	11.45-12.05	11.50-12.10	11.55 -12.15
Подготовка ко сну, сон. постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.00-15.00	12.05-15.00	12.00-15.00	12.10-15.00	12.15-15.00
Полдник	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к прогулке, самостоятельная	15.20-16.25	15.20-16.30	15.20-16.30	15.20-16.30	15.20 - 16.30

деятельность прогулка					
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин	16.25-16.45	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50
Ужин	16.45- 17.00	16.30-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00	16.45-17.00
Игры. Самостоятельная деятельность. Уход детей домой.	17.00 -19.00	17.00 -19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00
Теплый период года					
Утренний прием детей, игры, самостоятельная утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-11.25	9.20-11.30	9.15-11.35	9.15-11.40	9.15-11.45
Обед	11.25 – 12.00	11.30 – 12.00	11.35 – 12.00	11.40 – 12.00	11.45 – 12.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.00- 15.00	12.00- 15.00	12.00- 15.00	12.00- 15.00	12.00- 15.00
Полдник	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность прогулка	15.20-16.25	15.20-16.30	15.20-16.30	15.20-16.30	15.20 - 16.30

Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин	16.25-16.45	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50
Ужин	16.45- 17.00	16.30-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00	16.45-17.00
Игры. Самостоятельная деятельность. Уход детей домой.	17.00 -19.00	17.00 -19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.

Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Хозяйствующим субъектом обеспечивается присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.