

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по  
познавательнo-речевому направлению развития воспитанников № 7 «Забава»

РАССМОТРЕНО  
педагогическим советом  
МБДОУ «Д/С №7 «Забава»  
протокол №1 от «26» августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕН  
приказом МБДОУ «Д/С №7 «Забава»  
от «29» августа 2022г. № 129

**Режим (распорядок) дня  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением  
деятельности по познавательнo-речевому направлению развития  
воспитанников №7 «Забава»  
на 2022 – 2023 учебный год**

## Пояснительная записка

Правильный распорядок дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

**Режимы дня** в разных возрастных группах разработаны учетом требований санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и СанПиН 1.2.3685-21.

**МБДОУ «Д/С №7 «Забава» функционирует в режиме:**

- полного дня (10,5 - 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 ДОУ**

- 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 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.

**Основные принципы построения режима дня:**

- режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в МБДОУ
- 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 МБДОУ осуществляет старшая медицинская сестра.

### **Организация сна**

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста с 10,5 - 12-часового пребывания составляет 2-3 часа, в зависимости от возраста детей. 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 °С, игровая: в пределах 21-24°С.
- Во время сна детей присутствие воспитателя (или младшего воспитателя) в помещении обязательно.

### **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. Утренний прием детей ежедневно летом и при теплых погодных условиях в течение года осуществляется на свежем воздухе.

При температуре воздуха ниже - 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

### **Температурный режим**

Контроль формирования комфортных условий для отдыха и развития детей входит в обязанности 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 в соответствии с графиком проветривания.

Режим дня может меняться в зависимости от направленности групп, возрастной категории детей.

### **Режим дня для воспитанников 2-3 лет**

Режим дня составлен с расчетом 12 часовым пребыванием ребенка в детском саду

Режимные моменты	Время
Приём детей, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.00
Утренняя разминка	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.40
Самостоятельная деятельность/ занятия по подгруппам	8.40 – 9.30
Второй завтрак	9.30 – 9.40
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40 – 11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.45
Обед	11.45-12.20
Спокойные игры, подготовка ко сну	12.20-12.30

Дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.25
Самостоятельная деятельность/ занятия по подгруппам	15.25 – 16.15
Подготовка к прогулке	16.15-16.30
Прогулка	16.30- 17.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	17.50-18.10
Ужин	18.10- 18.40
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.40-19.00

### Организация режима пребывания воспитанников в МБДОУ «Д/С №7»Забава»

Режимные моменты	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием детей, свободная игра	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.10-8.40	8.10-8.30	8.10-8.30
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	9.00-10.10	9.00-10.40	9.00-10.50
Второй завтрак	10.10-10.20	10.40-10.50	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20-12.10	10.50-12.40	11.00-12.50
Возвращение с прогулки, игры, занятия	12.10-12.30	12.40-12.50	12.50-13.00
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.30-13.10	12.40-13.10	12.45-13.10
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	13.10-15.10	13.10-15.10	13.10-15.10
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15.50-16.20	15.50-16.50	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-17.30	16.50-18.20	16.20-17.30
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, уход детей домой	-	18.20-19.00	-
Уход детей домой	17.30	19.00	17.30