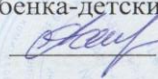


УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад №116»
 А.Ю.Сирота



Режим дня

МБДОУ «Центр развития ребенка -детский сад №116»

на летний оздоровительный период 2025г.

Курск – 2025 г.

Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение

1. Закон РФ «Об образовании» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (гл.2 ст. 10, ст.11, ст.13; гл.7 ст.64)
2. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утвержденные ПОСТАНОВЛЕНИЕМ главного санитарного врача от 27 октября 2020 года № 32.
3. СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, утвержденные ПОСТАНОВЛЕНИЕМ главного санитарного врача от 28 сентября 2020 года N 28.
4. Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения МБДОУ «Центр развития ребенка-детский сад №116» 21 декабря 2015 года.
5. Лицензия № 2382 от «30» августа 2016г.

Режим жизнедеятельности детей в МБДОУ № 116 разработан на основе федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования (приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.11.2009 года № 655 (гл. 2 п.2.8; гл.2 п.2.9; гл.2 п.2.10; гл.2 п.2.11), Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утвержденные ПОСТАНОВЛЕНИЕМ главного санитарного врача от 27 октября 2020 года № 32; СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, утвержденные ПОСТАНОВЛЕНИЕМ главного санитарного врача от 28 сентября 2020 года N 28; ФОП ДО, ФОАП ДО.

Согласно Приказу министерства образования и науки Российской Федерации от 23.11.2009 г. № 655 время, необходимое для реализации Программы составляет от 65% до 80% времени пребывания детей в группах с 12-часовым пребыванием в зависимости от возраста детей, их индивидуальных способностей и потребностей, а также вида группы, в которой программа реализуется.

Предусмотрен режим на холодный и теплый период года для каждой возрастной группы в соответствии с возрастными

особенностями детей. В период адаптации детей к условиям ДОО организуется гибкий режим дня.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3-х лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 3-4 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДОО.

Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Для детей в возрасте старше 3-х лет дневной сон в Учреждении организуется однократно продолжительностью 2-2,5 часа.

Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр.

Детей с трудным засыпанием и чутким сном укладывают первыми и поднимают последними. В разновозрастных группах более старших детей после сна поднимают раньше. Во время сна детей присутствуют воспитатели (или его помощники). Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов.

Для детей в возрасте от 1,5 до 3-х лет образовательная деятельность составляет не более 1,5 часа в неделю (игровая, музыкальная деятельность, общение, развитие движений). Продолжительность образовательной деятельности составляет не более 10 минут. Допускается осуществление образовательной деятельности в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). В теплое время года образовательная деятельность осуществляется на участке во время прогулки.

Расписание образовательной деятельности составлено с учетом учебного плана. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, для детей дошкольного возраста составил в группе детей:

– (1,5-3 лет) - 1 час 40 мин;

- (3-4 лет) - 2 ч. 45 мин;
- (4-5 лет) - 4 часа;
- (5-6 лет) - 6 ч. 00 мин;
- (6-7 лет) - 8 ч. 30 мин.

В первой половине дня количество видов образовательной деятельности в группах детей 3-4 лет, 4-5 лет и 5-6 лет не превышает 2-х, в группах детей 6-7 лет — 3-х, в группе детей 1,5-3 лет — 1 в 1-ю половину дня; 1 — во 2-ю половину дня.

В соответствии с СанПиН образовательная деятельность в течение дня не превышает:

- В группе детей в возрасте 1,5-3 лет – 20 мин.
- В группе детей в возрасте 3-4 лет – 30 мин.
- В группе детей в возрасте 4-5 лет – 40 мин.
- В группах детей в возрасте 5-6 лет – 70 мин.
- В группе детей в возрасте 6-7 лет – 120 мин.

Продолжительность образовательной деятельности для детей:

- 1,5-3 лет не более 10 минут;
- 3-4 лет не более 15 минут;
- 4-5 лет не более 20 минут;
- 5-6 лет не более 25 минут;
- 6-7 лет не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня:

- для детей в возрасте от 3-х до 4-х лет не превышает 30 минут;
- для детей в возрасте от 4-х до 5 лет не превышает 40 минут;
- для детей в возрасте от 5 до 6 лет не превышает 45 минут;
- для детей в возрасте от 6 до 7 лет не превышает 90 минут.

В середине времени, отведенного на образовательную деятельность, проводится физкультминутка. Перерывы

между периодами образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2-х раз в неделю. Ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день. В середине образовательной деятельности статического характера проводится физкультминутка.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, планируется в 1-ую половину дня и в дни, наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда, четверг). Для профилактики утомления детей рекомендуется сочетать её с образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие детей.

В разновозрастных группах продолжительность учебных занятий дифференцируется в зависимости от возраста ребенка. С целью соблюдения возрастных регламентов продолжительности занятий их начинают со старшими детьми, постепенно подключая к занятию детей младшего возраста.

С детьми второго и третьего года жизни образовательную деятельность по физическому развитию осуществляют по подгруппам 2-3 раза в неделю. С детьми второго года жизни её проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни — в групповом помещении или в физкультурном зале.

Образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуют не менее 3 раз в неделю.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет круглогодично организовывается образовательная деятельность по физическому развитию детей на открытом воздухе. Её проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Физическое воспитание детей направлено на улучшение состояния здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей растущего организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляется с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Используются формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, физкультурные занятия в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику.

Объем двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности осуществляется до 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях максимальное число занятий физкультурой проводятся на открытом воздухе.

Закаливание детей включает систему мероприятий: умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе; - специальные мероприятия: водные, воздушные и солнечные.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы ДООУ, со строгим соблюдением методических рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту.

Работа по физическому воспитанию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медицинских работников.

**Режим пребывания детей
в МБДОУ «Центр развития ребенка-детский сад №116»
(ежедневная организация жизни и деятельности детей)**

Режим дня на летний период 2025 года

Режимные моменты	Возраст детей				
	1,5-3 лет	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Прием детей на свежем воздухе, осмотр, самостоятельная деятельность, игры Ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30	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	8.30-9.00	08.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.30	9.00-9.20	9.00-9.15	09.00-9.15	-
Продолжительность организованной образовательной деятельности, занятия со специалистами на свежем воздухе	10 мин	15мин	20мин	25мин	30мин
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Прогулка, игры, (наблюдения, труд) на свежем воздухе. Возвращение с прогулки	9.00-11.30	9.20-12.00	9.15-12.00	9.15-12.00	9.00-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30

Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Самостоятельная и организованная деятельность детей, игры	16.00-16.30	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.00-18.00	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к ужину	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30
Ужин	18.30	18.30	18.30	18.30	18.30
Уход детей домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00

Прошнуровано, пронумеровано
и скреплено печатью
8 листов
Заведующий МБДОУ «Центр развития ребенка
— детский сад №116» А.Ю.Сирота

