**УТВЕРЖДАЮ:**

Ио Заведующего МБДОУ №8

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А.Минеева

Приказ № 26 от 30. 08. 2022г.

**РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

Детский сад работает 5 дней в неделю, с 7.00 до 19.00 часов с 12-часовым пребыванием ребенка, в предпраздничные дни с 7.00 до 18.00 часов

Группы компенсирующей и комбинированной направленности с 7.30 до 17.30 часов с 10 -часовым пребыванием ребенка, в предпраздничные дни с 7.30 до 16.30 часов. Организация жизнедеятельности детей осуществляется в соответствии с режимом дня.

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 непосредственно-образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Организация режима дня.

При проведении режимных процессов МДОУ № 8 придерживается следующих правил:

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании).

- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.

- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.

- Формирование культурно-гигиенических навыков.

- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.

- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.

- 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.

Основные принципы построения режима дня:

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

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

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

В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

В соответствии с режимами дня и временем года занятия в детских группах проводятся с 1 сентября по 31 мая.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 – 6 часов, до 3 лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых 2-2,5 часа отводится дневному сну. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов. Чередование бодрствования и сна способствует нормальной психической деятельности.

Самостоятельная деятельность детей 3-го года жизни занимает в режиме дня не менее 5-6 часов, детей 3 - 7 лет (игру, подготовка к занятиям, личная гигиена и др.) – не менее 3 - 4 часов.

Рекомендуемая ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3-4 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня – 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 с детьми до 4 лет; - при температуре воздуха ниже минус 20° C и скорости ветра более 15 м/с с детьми до 5 - 7 лет. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения.

При реализации Программы МБДОУ № 8 учитывает климатические условия региона (длительная и морозная зима с низкими температурами). В связи с тем, что в холодное время года, дети не могут осуществлять прогулки с учётом требований санитарных правил, программа предусматривает включение в двигательный режим, во время, отведённое для прогулок, спортивные, хороводные, подвижные игры, гостевые посещения, просмотры детских передач и мультфильмов.

Питание – один из компонентов режима дня. Для детей дошкольного возраста оптимальным является 4-разовое питание с интервалом не более 4 часов, введен второй завтрак.

Организация питания строится на следующих принципах:

- адекватная энергетическая ценность рациона, соответствующая энергозатратам детей;

- сбалансированность рациона по всем заменяемым и незаменяемым пищевым ингредиентам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры, различные классы углеводов;

- максимальное разнообразие рациона;

- высокая технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их вкусовые достоинства и сохранность пищевой ценности;

- учет индивидуальных особенностей детей;

- проведение витаминотерапии в осенне-зимний и весенний период.

Установленные часы приема пищи соблюдаются в соответствии с санитарными правилами.

Продолжительность основных видов организованной образовательной деятельности и их количество определяется возрастом ребенка, его темпераментом и возможностью усваивать материал. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

Занятия физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимают не менее 50% общего времени занятий. В течение дня обеспечивается баланс разных видов активности детей – умственной, физической, а также разных видов детской деятельности, среди которых преобладающей выступает игра.

**РЕЖИМ ДНЯ В МБДОУ № 8**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Режимные моменты** | **2 гр. раннего возраста (1,5-3года)** | **Мл.гр. (3-4года)** | **Ср. гр. (4-5 лет)** | **Ст. гр. (5-6 лет)** | **Подг. гр.**  **(6-7 лет)** |  |
| **1.** | **Приход детей в детский сад,**  **свободная игра,самостоятель**  **ная**  **деятельность.** | 7.00 - 8.15 | 7.00 - 8.20 | 7.00-8.25 | 7.00 - 8.30 | 7.00 - 8.30 |
| **2.** | **Подготовка к 1-му завтраку, завтрак.** | 8.15 - 8.40 | 8.20 - 8.50 | 8.25 - 8.50 | 8.30 - 8.55 | 8.30 - 8.55 |
| **3.** | **Игры, подготовка к занятиям** | 8.40 – 9.10 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.55 -9.00 | 8.55 - 9.00 |  |
| **4.** | **Организованная детская деятельность. Занятия со специалистами.**  Указана общая длительность по подгруппам, включая перерывы | 8.40 - 9.10 | 9.00– 9.15 | 9.00 -10.00 | 9.00 – 10.30 | 9.00 - 10.50 |
| **5** | **Подготовка ко 2 -му завтраку, завтрак** | 9.10 – 9.20 | 9.20– 9.30 | 10.00 – 10.10 | 10.30- 10.40 | 10.50 – 11.00 |  |
| **6.** | **Подготовка к прогулке, прогулка** | 9.30 - 11.00 | 9.30-11.00 | 10.10 -12.15 | 10.40 -12.30 | 11.00 - 12.40 |
| **7.** | **Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность** | 11.00-11.45 | 11.00-12.20 | 12.15 -12.30 | 12.30 - 12.40 | 12.40 - 12.50 |
| **9.** | **Подготовка ко сну, дневной сон** | 12.20 -15.00 | 12.50 -15.00 | 13.00 -15.00 | 13.10 -15.00 | 13.15 - 15.00 |  |
| **10.** | **Постепенный подъем.**  **Самостоятельная деятельность** | 15.00 -15.15 | 15.00 -15.15 | 15.00 -15.15 | 15.00 -15.15 | 15.00 - 15.15 |
| **11.**  **12.** | **Подготовка к полднику, полдник.**  **Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность.** | 15.15 -15.30  15.30 -16.30 | 15.15 -15.30  15.30 -16.30 | 15.15-15.30  15.30 -16.30 | 15.15 -15.30  15.30 - 16.30 | 15.15 - 15.30  15.30 - 16.30 |
| **12.** | **Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность.** | 15.30 -16.30 | 15.30 -16.30 | 15.30 -16.30 | 15.30 - 16.30 | 15.30 - 16.30 |
| **13.** | **Подготовка к ужину, ужин** | 16.30-17.00 | 16.30-17.00 | 16.35-17.00 | 16.35-17.00 | 16.40-17.00 |  |
| **14.** | **Подготовка к прогулке, прогулка.**  **Самостоятельная деятельность, уход домой** | 17.30 - 19.00 | 17.00 - 19.00 | 17.00 - 19.00 | 17.00 - 19.00 | 17.00 - 19.00 |

Данные распорядка дня являются основой для составления режима дня для каждой группы. Организации в отдельности, на каждый день в соответствии с расписанием периодов непрерывной образовательной деятельности.