

ПРИНЯТА  
Решением педагогического совета  
Протокол № 1 от 31.08.23г

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом № 23 от 31.08.23г.  
заведующий МБДОУ №8  
\_\_\_\_\_ /Печкурова Н.А.

## **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 ДОО для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

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

В ДОО 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° С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится: - при температуре воздуха ниже минус 15° С и скорости ветра более 15 м/с с детьми до 4 лет; - при температуре воздуха ниже минус 20° С 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 учитываются 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 незаменимым 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  
(холодный период)**

<b>№</b>	<b>Режимные моменты</b>	<b>1 Мл. гр. (1,5-3года)</b>	<b>2 Мл. гр. (3-4года)</b>	<b>Ср. гр. (4-5 лет)</b>	<b>Ст. гр. (5-6 лет)</b>	<b>Подг. гр. (6-7 лет)</b>
<b>1.</b>	<b>Приём детей, свободная, организованная, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика ОДРМ, СД</b>	<b>7.00 - 8.10</b>	<b>7.00 - 8.10</b>	<b>7.00- 8.10</b>	<b>7.00 - 8.15</b>	<b>7.00 - 8.15</b>
<b>2.</b>	<b>Утренний круг ОДРМ</b>	<b>8.10-8.20</b>	<b>8.10-8.20</b>	<b>8.10-8.20</b>	<b>8.15-8.30</b>	<b>8.15-8.30</b>
<b>3.</b>	<b>Подготовка к 1-му завтраку, завтрак. ОДРМ</b>	<b>8.20-8.45</b>	<b>8.20-8.45</b>	<b>8.20-8.45</b>	<b>8.30 - 8.50</b>	<b>8.30 - 8.50</b>
<b>4.</b>	<b>Подготовка к образовательной деятельности, самостоятельная деятельность ОДРМ</b>	<b>8.45- 9.00</b>	<b>8.45- 9.00</b>	<b>8.45- 9.00</b>	<b>8.50 -9.00</b>	<b>8.50 - 9.00</b>
<b>5.</b>	<b>Образовательная деятельность, перерыв  НОД, ОДРМ</b>	<b>9.00- 9.10/ 9.20-9.30</b>	<b>9.00-9.15 9.25-9.40</b>	<b>9.00-9.20 9.30-9.50</b>	<b>9.00-9.25 9.35-10.00</b>	<b>9.00-9.30 9.40-10.10  10.20-10.50</b>
<b>6.</b>	<b>Организованная деятельность, свободная деятельность  СД, ОДРМ,</b>	<b>9.30- 9.50 9.50- 10.15</b>	<b>9.40- 10.00 10.00-10.20</b>	<b>9.50- 10.05 10.05-10.20</b>	<b>10.00-10.25 10.35-10.50</b>	<b>-</b>
<b>7.</b>	<b>Подготовка к завтраку, второй завтрак  ОДРМ</b>	<b>10.15-10.30</b>	<b>10.20-10.35</b>	<b>10.20-10.35</b>	<b>10.25-10.35</b>	<b>10.50-11.00</b>

8.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность ОДРМ, СД	10.30- 11.30	10.35-12.05	10.35-12.05	10.50-12.20	11.00-12.20
9.	Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность ОДРМ	11.30-11.45	12.05-12.20	12.05-12.20	12.20-12.30	12.20-12.30
10.	Подготовка к обеду, обед ОДРМ	11.45-12.15	12.20.-12.45	12.20-12.45	12.30-12.50	12.30-12.50
11.	Подготовка ко сну, дневной сон ОДРМ	12.15-15. 15	12.45-15.15	12.45-15.15	12.50-15.20	12.50-15.20
12.	Постепенный подъем, гимнастика после сна ОДРМ	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
13.	Подготовка к полднику, полдник. ОДРМ	15.30- 15.45	15.30- 15.45	15.30- 15.45	15.30- 15.40	15.30- 15.40
14.	Образовательная деятельность Чтение художественной литературы ОДРМ, НОД	15.45-15.55 16.05-16.15	15.45-16.00 16.10-16.25	15.45-16.05 16.15-16.30	15.40 –16.05 16.15-16.30	15.40-.16.10 16.15-16.30
15.	Вечерний круг ОДРМ	16.15-16.25	16.25-16.35	16.30-16.40	16.40-16.45	16.40-16.45
16.	Подготовка к ужину, ужин ОДРМ	16.25-16.50	16.35-16.55	16.40-17.00	16.45-17.00	16.45-17.00

<b>17.</b>	<b>Подготовка к прогулке, прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность, уход домой. ОДРМ, СД</b>	<b>16.50-19.00</b>	<b>16.55-19.00</b>	<b>17.00-19.00</b>	<b>17.00-19.00</b>	<b>17.00-19.00</b>
------------	---	--------------------	--------------------	--------------------	--------------------	--------------------

**РЕЖИМ ДНЯ ВМБДОУ № 8  
(тёплый период)**

<b>№</b>	<b>Режимные моменты</b>	<b>1 Мл. гр. (1,5-3года)</b>	<b>2 Мл. гр. (3-4года)</b>	<b>Ср. гр. (4-5 лет)</b>	<b>Ст. гр. (5-6 лет)</b>	<b>Подг. гр. (6-7 лет)</b>
<b>1.</b>	<b>Приём детей, свободная, организованная, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика ОДРМ, СД</b>	<b>7.00 - 8.25</b>	<b>7.00 - 8.25</b>	<b>7.00- 8.25</b>	<b>7.00 - 8.25</b>	<b>7.00 - 8.25</b>
<b>2.</b>	<b>Утренний круг ОДРМ</b>	<b>8.25-8.35</b>	<b>8.25-8.35</b>	<b>8.25-8.35</b>	<b>8.25-8.40</b>	<b>8.25-8.40</b>
<b>3.</b>	<b>Подготовка к 1-му завтраку, завтрак. ОДРМ</b>	<b>8.35-9.00</b>	<b>8.35-9.00</b>	<b>8.35-9.00</b>	<b>8.40 – 9.00</b>	<b>8.40 – 9.00</b>

4.	Организованная познавательная деятельность ОДРМ	9.00-9.10	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованная двигательная деятельность, свободная деятельность СД, ОДРМ,	9.10- 10.30	9.15- 10.30	9.20- 10.30	9.25-10.30	9.30-10.30
6.	Подготовка к завтраку, второй завтрак ОДРМ	10.30-10.45	10.30-10.45	10.30-10.45	10.30-10.40	10.30-10.40
7.	Прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность ОДРМ, СД	10.45-11.15	10.45-11.50	10.45-11.55	10.40-12.10	10.40-12.10
8.	Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность ОДРМ	11.15-11.45	11.50-12.20	11.55-12.20	12.10-12.30	12.10-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед ОДРМ	11.45-12.15	12.20.-12.45	12.20-12.45	12.30-12.50	12.30-12.50
10.	Подготовка ко сну, дневной сон ОДРМ	12.15-15. 15	12.45-15.15	12.45-15.15	12.50-15.20	12.50-15.20
11.	Постепенный подъем, гимнастика после сна ОДРМ	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
12.	Подготовка к полднику, полдник. ОДРМ	15.30- 15.45	15.30- 15.45	15.30- 15.45	15.30- 15.40	15.30- 15.40
13.	Чтение художественной литературы Самостоятельная	15.45-15.55	15.45-16.00 16.10-16.25	15.45-16.05 16.15-16.30	15.40 –16.05 16.15-16.30	15.40-.16.10 16.15-16.30

	деятельность ОДРМ, НОД	16.05-16.15				
14.	Вечерний круг ОДРМ	16.15-16.25	16.25-16.35	16.30-16.40	16.40-16.45	16.40-16.45
15.	Подготовка к ужину, ужин ОДРМ	16.25-16.50	16.35-16.55	16.40-17.00	16.45-17.00	16.45-17.00
16.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность, уход домой. ОДРМ, СД	16.50-19.00	16.55-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00