

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
Протокол №2 от 3 сентября 2021г.

С учетом мнений Совета родителей
Воспитанников образовательного учреждения
Протокол №3 от 3 сентября 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
Кротова Екатерина Владимировна
Кротова Е.В.
Приказ от 3 сентября 2021 г. №11



Режим дня и распорядок Центра детского развития «Я расту»

Центр детского развития «Я расту» (далее ДОУ) функционирует в режиме:

- полного дня (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 образовательном учреждении

– 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, а также организован консультационный пункт в течение года с проведением мероприятий для будущих воспитанников.

– На период карантинных мероприятий предполагаются режимы карантина по распоряжению Роспотребнадзора.

– В период летнего оздоровительного периода в ДОУ действует оздоровительный режим, предполагающий увеличение времени пребывания детей 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 в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Основные принципы построения режима дня:

– режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в

– дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;

–режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника;

–организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года, контроль за выполнением режима дня в ДОО осуществляет руководитель.

Организация сна

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа. По гигиеническим нормативам дети в возрасте от одного года до трех лет должны спать днем 3 часа, а дети четырех – семи лет – 2,5 часа (СанПиН 1.2.3685-21). 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, но лучше всего – 22 градуса. Игровая: в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса.

–Во время сна детей присутствие воспитателя (или младшего воспитателя) в помещении обязательно.

–Не допускается хранение в местах нахождения воспитанников лекарства и дезинфицирующих растворов.

–Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

Организация прогулки

В соответствии с требованиями СанПиН (1.2.3685-21) ежедневная продолжительность прогулки детей в ДОО 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. На утреннюю прогулку отводится больше времени – 2 часа, на вечернюю прогулку меньше – 1 час.

Утренний прием детей ежедневно летом и при теплых погодных условиях в течение года осуществляется на свежем воздухе. При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

При сильном ветре и неблагоприятных условиях прогулка сокращается. Если на улице днем больше 28–30 °С, прогулка сдвигается на более раннее время, чтобы в самую жару уйти в помещение.

Температурный режим

Контроль за формированием комфортных условий для отдыха и развития детей ложится на плечи 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. И проводится процедура согласно таким нормам:

- минимум два раза в день по максимум 30 минут с формированием сквозняка, но при отсутствии детей;
- одностороннее в присутствии малышей и только в жаркую, сухую погоду.

Влажность воздуха в комнатах детского сада не должна подниматься выше 60% и не может быть ниже 40. Что касается температуры, то допускаются такие граничные показатели:

□ игровая в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса;

□ спальная варьируется в рамках 18-22, но лучше всего – 22.

Допускается небольшое отклонение от фиксированных нормативов, но только в сторону уменьшения показателей. Превышение максимально допустимых цифр – строго запрещено.

На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

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

При составлении режима дня (*теплый, холодный периоды года*) учитывается:

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», СанПиН 1.2.3685-21.

– Режим дня в детском саду выстроен по модели «Команда», предлагаемой программой «Вдохновение».

Распорядок (режим) дня
Холодный период года (сентябрь-май)

Время	Основная задача	Содержание для детей	Содержание для педагогов
7.00-8.10	Приветствие; встреча детей (ритуал). Утренний фильм	Время для свободной игры; приветствие и общение детей друг с другом. Дети играют и занимаются любой деятельностью по собственному выбору	Поддержание ритуала приветствия. Общение с родителями, измерение температуры тела ребенка фиксация в таблице учета температуры воспитанников, индивидуальное общение с детьми. Опека и формирование привязанности новеньких детей.
8.10-8.20	Утренняя гимнастика	Дети осваивают музыкально-ритмические движения и осуществляют двигательную активность и формируют физические навыки	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья дошкольников, создание положительного эмоционального тона
8.20-8.35	Утренний круг	Ритуалы (совместное начало дня, пальчиковые и речевые игры, обсуждения)	Педагог дает ориентировку на предстоящий день, осуществляет модерацию обсуждений, руководит ритуалами
8.35-8.50	Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	Дети принимают участие в совместном завтраке	Педагоги поддерживают познавательную активность детей, связанную с понятиями о питании и формируют культуру поведения за столом
8.50-10.10	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, возвращение с прогулки	Дети собираются на прогулку, помогают друг другу одеться. Дети играют, наблюдают и общаются друг с другом. Дети раздеваются, аккуратно складывают вещи в кабинки.	Педагог помогает детям одеться на прогулку, закрепляет названия предметов одежды, объясняет их назначение, последовательность одевания. Формирует навыки заботы друг о друге. Организует элементарные наблюдения, игры, общение детей друг с другом. Педагог при необходимости помогает детям раздеться, учит аккуратно складывать предметы одежды в кабинку, обсуждает с детьми события прогулки.

10.10-10.40 (3 дня в нед.) 10.10-10.30 (2 дня в нед.)	Образовательная деятельность в центрах активности по выбору детей (с перерывом 10 мин). Детский совет	Дети включаются в образовательную деятельность в центрах активности по своему желанию; делятся своими впечатлениями и обсуждают результаты деятельности, посильно участвуют в уборке и помогают друг другу	Педагог осуществляет модерацию принятия детьми решений, оказывает поддержку детям, инициирует процессы обучения согласно образовательным задачам и интересам детей
10.40-11.20 (3 дня в неделю) 10.30-11.20 (2 дня в неделю)	Свободные игры детей	Дети общаются друг с другом, осуществляют игровую деятельность по собственному выбору	Предлагает игровую деятельность на выбор по желанию.
11.20-12.00	Подготовка к обеду, обед	Дети и педагог принимают участие в совместном обеде.	Педагог своим примером формируют культуру поведения за столом, поддерживает интерес детей к разным продуктам питания и объясняет пользу правильного питания
12.00-15.00	Подготовка ко сну, сон. Тихие игры тех детей, которые отказываются спать	Те дети, которые отказываются спать, занимаются самостоятельно тихими играми, рассматривают книги	Педагог обеспечивает обязательный присмотр
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, гигиенические процедуры, минутка здоровья, самостоятельная деятельность	Дети постепенно переходят от сна к более активным играм и занятиям	Педагог обеспечивает поддержку в период просыпания, оказывает помощь в одевании, организует гигиенические процедуры. Организует самостоятельную игровую и познавательную деятельность
15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник	Дети принимает участие в совместном полднике.	Педагог формирует культуру поведения за столом, поддерживает интерес детей к разным продуктам питания и объясняет пользу правильного питания

15.40-15.50 (2 дня в неделю)	Образовательная деятельность (музыкальное занятие или физкультурное занятие)	Дети поют, осваивают музыкально-ритмические движения, играют в музыкальные игры и т.д. или: дети осуществляют двигательную активность и формируют физические навыки	Педагог организует деятельность по музыкальному развитию детей или педагог организует двигательную активность согласно образовательным задачам
15.40-16.50 (в дни, когда нет муз. или физ. занятий)	Самостоятельная игровая деятельность, общение детей друг с другом	Дети играют и занимаются любой деятельностью по собственному выбору.	Педагог поддерживает интерес детей, включается в познавательное общение
16.50-17.10	Подготовка к ужину, ужин	Дети принимают участие в совместном ужине.	Педагог формирует культуру поведения за столом, поддерживает интерес детей к разным продуктам питания и объясняет пользу правильного питания
17.10-18.30	Самостоятельная игровая деятельность, общение детей друг с другом	Дети играют и занимаются любой деятельностью по собственному выбору.	Педагог поддерживает интерес детей, включается в познавательное общение
18.30-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой	Дети собираются на прогулку, помогают друг другу одеться. Дети играют, наблюдают и общаются друг с другом. Дети общаются, обсуждают итоги дня. Ритуал прощания.	Педагог помогает детям одеться на прогулку, закрепляет названия предметов одежды, объясняет их назначение, последовательность одевания. Формирует навыки заботы друг о друге. Организует элементарные наблюдения, игры, общение детей друг с другом. Педагог организует разговор с детьми по итогам дня, ритуал прощания.

Теплый период года (июнь- август)

Время	Основная задача	Содержание для детей	Содержание для педагогов
7.00-8.10	Приветствие; встреча детей (ритуал). Утренний фильтр	Время для свободной игры; приветствие и общение детей друг с другом. Дети играют и занимаются любой деятельностью по собственному выбору	Поддержание ритуала приветствия. Общение с родителями, измерение температуры тела ребенка фиксация в таблице учета температуры воспитанников, индивидуальное общение с детьми. Опека и формирование привязанности новеньких детей.
8.10-8.20	Утренняя гимнастика	Дети осваивают музыкально-ритмические движения и осуществляют двигательную активность и формируют физические навыки	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья дошкольников, создание положительного эмоционального тонуса
8.20-8.35	Утренний круг	Ритуалы (совместное начало дня, пальчиковые и речевые игры, обсуждения)	Педагог дает ориентировку на предстоящий день, осуществляет модерацию обсуждений, руководит ритуалами
8.35-8.50	Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	Дети принимают участие в совместном завтраке	Педагоги поддерживают познавательную активность детей, связанную с понятиями о питании и формируют культуру поведения за столом
8.50-10.50	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на свежем воздухе	Дети собираются на прогулку, помогают друг другу одеться. Дети играют, наблюдают и общаются друг с другом.	Педагог помогает детям одеться на прогулку, закрепляет названия предметов одежды, объясняет их назначение, последовательность одевания. Формирует навыки заботы друг о друге. Организует элементарные наблюдения, игры, общение детей друг с другом.
10.50-11.00	возвращение с прогулки, водные процедуры	Дети раздеваются, аккуратно складывают уличные вещи в кабинку, одевают одежду для сада. Помогают друг другу одеться. Моеют руки, лицо и ноги (при необходимости)	Педагог при необходимости помогает детям раздеться, учит аккуратно складывать предметы одежды в кабинку, обсуждает с детьми события прогулки. Переодевает уличную одежду на садовскую,

11.00-11.30	Свободные игры детей	Дети общаются друг с другом, осуществляют игровую деятельность по собственному выбору	Предлагает игровую деятельность на выбор по желанию.
11.30-12.00	Подготовка к обеду, обед	Дети и педагог принимают участие в совместном обеде.	Педагог своим примером формируют культуру поведения за столом, поддерживает интерес детей к разным продуктам питания и объясняет пользу правильного питания
12.00-15.00	Подготовка ко сну, сон. Тихие игры тех детей, которые отказываются спать	Те дети, которые отказываются спать, занимаются самостоятельно тихими играми, рассматривают книги	Педагог обеспечивает обязательный присмотр
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, гигиенические процедуры, минутка здоровья, самостоятельная деятельность	Дети постепенно переходят от сна к более активным играм и занятиям	Педагог обеспечивает поддержку в период просыпания, оказывает помощь в одевании, организует гигиенические процедуры. Организует самостоятельную игровую и познавательную деятельность
15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник	Дети принимает участие в совместном полднике.	Педагог формирует культуру поведения за столом, поддерживает интерес детей к разным продуктам питания и объясняет пользу правильного питания
15.40-16.50	Самостоятельная игровая деятельность, общение детей друг с другом	Дети играют и занимаются любой деятельностью по собственному выбору.	Педагог поддерживает интерес детей, включается в познавательное общение
16.50-17.10	Подготовка к ужину, ужин	Дети принимает участие в совместном ужине.	Педагог формирует культуру поведения за столом, поддерживает интерес детей к разным продуктам питания и объясняет пользу правильного питания

17.10-18.00	Самостоятельная игровая деятельность, общение детей друг с другом	Дети играют и занимаются любой деятельностью по собственному выбору.	Педагог поддерживает интерес детей, включается в познавательное общение
18.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой	Дети собираются на прогулку, помогают друг другу одеться. Дети играют, наблюдают и общаются друг с другом. Дети общаются, обсуждают итоги дня. Ритуал прощания.	Педагог помогает детям одеться на прогулку, закрепляет названия предметов одежды, объясняет их назначение, последовательность одевания. Формирует навыки заботы друг о друге. Организует элементарные наблюдения, игры, общение детей друг с другом. Педагог организует разговор с детьми по итогам дня, ритуал прощания.