

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Октябрьский центр образования»
муниципального образования Киреевский район
структурное подразделение д/с «Родничок»**

ПРИНЯТО:

Решением педагогического совета
МКОУ «Октябрьский центр образования»
протокол № 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ «Октябрьский центр
образования»

Н.А. Поликарпова
приказ № 11-осн от 30.08.2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ
ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ
МКОУ «Октябрьский центр образования»
структурное подразделение д/ «Родничок»
на 2023 – 2024 учебный год**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Октябрьский центр образования» муниципального образования Киреевский район (МКОУ «Октябрьский центр образования») структурное подразделение д/с «Родничок» функционирует в режиме:

- полного дня (10,5-часового пребывания)
- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы – с 07.00 до 17.30;
- 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, целесообразное 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 МКОУ действует оздоровительный режим, предполагающий увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе.

— Ежедневно в летний период и в остальное время года при позволяющих погодных условиях прием детей осуществляется на свежем воздухе.

Ежедневная организация 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 МКОУ, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;

— режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника (в МКОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня);

— организация режима дня проводится с учетом теплового и холодного периода года, контроль за выполнением режима дня в МКОУ осуществляет медицинская сестра.

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, дети четырех – семи лет – 2,5 часа (СанПиН 1.2.3685-21). Перед сном подвижные эмоциональные игры не проводятся.

Приоритетными являются следующие правила:

- В момент подготовки детей к сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.
- Спальню (помещение) перед сном проветривают с 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 помощника воспитателя) в помещении обязательно.
- Не допускается хранение в местах нахождения воспитанников лекарств и дезинфицирующих растворов.
- Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, не задерживать их в постели.

Организация прогулки

В соответствии с требованиями СанПиН (1.2.3685-21) ежедневная продолжительность прогулки детей в МКОУ составляет около 3-4 часа. Прогулки организуют 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна (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°C, прогулка сдвигается на более раннее время, чтобы избежать жары и попадания 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 максимуму 30 минут с формированием сквозняка, но при отсутствии детей;
- заканчивается за полчаса до прихода воспитанников;
- 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.

Насамостоятельную 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 № 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.

Начало занятий – о всех возрастных группах, не ранее 08.00, окончание занятий не позднее 17.00 часов. Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста, не более: от 1,5 до 3 лет. – не более 10 минут;

от 3 до 4 лет – не более 15 минут;

от 4 до 5 лет – не более 20 минут;

от 5 до 6 лет – не более 25 минут;

от 6 до 7 лет – не более 30 минут.

Продолжительность перерывов между занятиями, для всех возрастов, не менее 10 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более:

от 1,5 до 3 лет – не более 20 минут;

от 3 до 4 лет – не более 30 минут;

от 4 до 5 лет – не более 40 минут;

от 5 до 6 лет – не более 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна

от 6 до 7 лет – не более 90 минут.

Занятия с использованием электронных образовательных средств обучения проводятся в возрастных группах от 5 лет и старше. Образовательную деятельность с использованием ЭОС для детей 5-7 лет следует проводить не более одного раза в течение дня и не чаще трех раз в неделю. Продолжительность непрерывного использования экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, составляет 5- 7 минут.

Расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики глаз.

Согласно пункту 2.10. СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз., обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения.

Режимы дня

Режим дня на холодный период

Режим дня для детей первой младшей группы на холодный период (с 01.09.2023 по 31.08.2024 г.)

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Прием, осмотр детей, термометрия, опрос родителей	07.00-08.15
2.	Индивидуальная работа, игровая деятельность	08.15-08.20
3.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
4.	Завтрак	08.30-09.00
5.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	09.00-09.10 09.20-09.30

6.	Индивидуальные беседы, игры с детьми, самостоятельная деятельность детей	09.30-10.00
7.	Прогулка (наблюдения, игры, труд, активное бодрствование детей)	10.10-11.35
8.	Второй завтрак	10.00-10.10
9.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей	11.35-11.45
10.	Обед	11.45-12.20
11.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.20
12.	Постепенный подъем, спокойные игры,	15.20-15.30
13.	Полдник	15.30-15.45
14.	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.45-15.50
15.	Занятие	15.50-16.00
16.	Подготовка к прогулке	16.00-16.15
17.	Прогулка. Самостоятельная деятельность, развлечения. Уход домой.	16.15-17.30

Режим дня для детей первой младшей группы на теплый период (с 01.09.2023 по 31.08.2024 г.)

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Прием, осмотр детей, термометрия, опрос родителей, игры, индивидуальная работа	07.00-08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
3.	Завтрак	08.30-09.00
4.	Игры с детьми, самостоятельная деятельность детей	09.00-09.20
5.	Прогулка (наблюдения, игры, труд, активное бодрствование детей)	10.20-11.50
6.	Второй завтрак	10.30-10.40
7.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей	11.35-11.45
8.	Обед	11.45-12.20
9.	Подготовка ко сну, дневной сон (чтение художественной литературы)	12.20-15.20
10.	Постепенный подъем, гимнастика побуждение	15.20-15.30
11.	Полдник	15.30-15.45
12.	Подготовка к прогулке	15.45-16.00
13.	Прогулка. Самостоятельная деятельность, развлечения. Уход домой.	16.00-17.30

Режим дня для воспитанников разновозрастной смешанной группы на холодный период (с 01.09.2023 по 31.08.2024 г.)

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Прием, осмотр детей, термометрия, опрос родителей	07.00-08.15
2.	Индивидуальная работа, игровая деятельность	08.15-08.20
3.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
4.	Завтрак	08.30-08.50
5.	Занятия по подгруппам (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	09.00-10.50
6.	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность, возвращение с прогулки)	10.50-12.30
7.	Второй завтрак	10.30-10.40
8.	Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00

9.	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем	13.00-15.30
10.	Оздоровительные и гигиенические процедуры	15.30-15.35
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.40
12.	Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.40-15.55
13.	Занятие в игровой форме по подгруппам	15.55-16.20
14.	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, Самостоятельная деятельность, беседы с родителями, уход детей домой)	16.20-17.30

**Режим дня для детей разновозрастной смешанной группы на теплый период
(с 01.09.2023 по 31.08.2024 г.)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Прием детей на воздухе, осмотр, термометрия, взаимодействие с семьей	07.00-08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
4.	Игры, подготовка к прогулке	08.50-09.00
5.	Прогулка, самостоятельная деятельность детей	09.00-11.45
6.	Подготовка ко второму завтраку	10.20-10.30
7.	Завтрак	10.30-10.40
8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей	12.20-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
10.	Подготовка ко сну, дневной сон (чтение художественной литературы)	13.00-15.30
11.	Постепенный подъем, подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
12.	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность, беседы с родителями уход детей домой)	15.45-17.30
13.	Уход детей домой	17.30

Режим дня на холодный период

Режим дня для детей первой младшей группы на холодный период (с 01.09.2023 по 31.08.2024 г.)

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Прием, осмотр детей, термометрия, опрос родителей	07.00-08.15
2.	Индивидуальная работа, игровая деятельность	08.15-08.20
3.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
4.	Завтрак	08.30-09.00
5.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	09.00-09.10 09.20-09.30
6.	Индивидуальные беседы, игры с детьми, самостоятельная деятельность детей	09.30-10.00
7.	Прогулка (наблюдения, игры, труд, активное бодрствование детей)	10.10-11.35
8.	Второй завтрак	10.00-10.10
9.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей	11.35-11.45
10.	Обед	11.45-12.20
11.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.20
12.	Постепенный подъем, спокойные игры,	15.20-15.30
13.	Полдник	15.30-15.45
14.	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.45-15.50
15.	Занятие	15.50-16.00
16.	Подготовка к прогулке	16.00-16.15
17.	Прогулка. Самостоятельная деятельность, развлечения. Уход домой.	16.15-17.30

Режим дня для детей первой младшей группы на теплый период (с 01.09.2023 по 31.08.2024 г.)

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Прием, осмотр детей, термометрия, опрос родителей, игры, индивидуальная работа	07.00-08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
3.	Завтрак	08.30-09.00
4.	Игры с детьми, самостоятельная деятельность детей	09.00-09.20
5.	Прогулка (наблюдения, игры, труд, активное бодрствование детей)	10.20-11.50
6.	Второй завтрак	10.30-10.40
7.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей	11.35-11.45
8.	Обед	11.45-12.20
9.	Подготовка ко сну, дневной сон (чтение художественной литературы)	12.20-15.20
10.	Постепенный подъем, гимнастика побуждение	15.20-15.30
11.	Полдник	15.30-15.45
12.	Подготовка к прогулке	15.45-16.00
13.	Прогулка. Самостоятельная деятельность, развлечения. Уход домой.	16.00-17.30

**Режим дня для воспитанников разновозрастной смешанной группы на холодный период
(с 01.09.2023 по 31.08.2024 г.)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Прием, осмотр детей, термометрия, опрос родителей	07.00-08.15
2.	Индивидуальная работа, игровая деятельность	08.15-08.20
3.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
4.	Завтрак	08.30-08.50
5.	Занятия по подгруппам (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	09.00-10.50
6.	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность, возвращение с прогулки)	10.50-12.30
7.	Второй завтрак	10.30-10.40
8.	Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
9.	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем	13.00-15.30
10.	Оздоровительные и гигиенические процедуры	15.30-15.35
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.40
12.	Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.40-15.55
13.	Занятие в игровой форме по подгруппам	15.55-16.20
14.	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, Самостоятельная деятельность, беседы с родителями, уход детей домой)	16.20-17.30

**Режим дня для детей разновозрастной смешанной группы на теплый период
(с 01.09.2023 по 31.08.2024 г.)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Прием детей на воздухе, осмотр, термометрия, взаимодействие с семьей	07.00-08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
4.	Игры, подготовка к прогулке	08.50-09.00
5.	Прогулка, самостоятельная деятельность детей	09.00-11.45
6.	Подготовка ко второму завтраку	10.20-10.30
7.	Завтрак	10.30-10.40
8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей	12.20-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
10.	Подготовка ко сну, дневной сон (чтение художественной литературы)	13.00-15.30
11.	Постепенный подъем, подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
12.	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность, беседы с родителями уход детей домой)	15.45-17.30
13.	Уход детей домой	17.30