

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ «Детский сад
№107 комбинированного вида»
Московского района г. Казани
Г.Д.Шпурова



**РЕЖИМЫ ДНЯ
возрастных групп
МАДОУ «Детский сад № 107 комбинированного вида»
Московского района г. Казани**

Принят на педагогическом совете.
Протокол №1 от 31.08.2023 г.

введено в действие с 1.09.2023г.

Составитель ст.воспитатель Карасева А.Ф.

Режим дня и распорядок МАДОУ «Детский сад №107 комбинированного вида» Московского района г.Казани

Дошкольное образовательное учреждение МАДОУ «Детский сад №107» функционирует в режиме:

- полного дня (10,5-часового пребывания)
- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы – с 07.30 до 18.00;
- 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 показаниям врача или старшей медицинской сестры.

– В период летнего оздоровительного периода в МАДОУ 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 дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
- режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника (в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня);
- организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года, контроль за выполнением режима дня в МАДОУ 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, 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.

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;
- 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.

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.

Режим дня для групп МАДОУ №107, с 10,5 часовым пребыванием детей.

Холодный период года.

Содержание режимных моментов	1,5-3 лет	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Приём детей, игровая, трудовая, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)
Утренняя гимнастика	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей, игры по выбору детей (в том числе малой и средней подвижности). Санитарно-гигиенические процедуры	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)
Подготовка к завтраку. Завтрак	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)
Самостоятельная деятельность детей. Игры, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности. Подготовка к ООД	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)
Образовательная деятельность, осуществляемая процессе организации различных видов деятельности (образовательные ситуации на игровой основе)	9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (10 мин)	9 ⁰⁰ -9 ¹⁵ (15 мин)	9 ⁰⁰ -9 ²⁰ (20 мин)	9 ⁰⁰ -9 ²⁵ (25 мин)	9 ⁰⁰ -9 ³⁰ (30 мин)
Самостоятельная деятельность детей. Санитарно-гигиенические процедуры	9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин)	9 ¹⁵ -9 ²⁵ (10 мин)	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	9 ²⁵ -9 ³⁵ (10 мин)	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин)
Образовательная деятельность, осуществляемая процессе организации различных видов деятельности (образовательные ситуации на игровой основе)	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	9 ²⁵ -9 ⁴⁰ (15 мин)	9 ³⁰ -9 ⁵⁰ (20 мин)	9 ³⁵ -10 ⁰⁰ (25 мин)	9 ⁴⁰ -10 ¹⁰ (30 мин)
Второй завтрак	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин)	9 ⁴⁰ -9 ⁵⁰ (10 мин)	9 ⁵⁰ -10 ⁰⁰ (10 мин)	10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин)	10 ¹⁰ -10 ²⁰ (10 мин)
Образовательная деятельность, осуществляемая процессе организации различных видов деятельности (образовательные ситуации на игровой основе)	-	-	-	-	10 ²⁰ -10 ⁵⁰ (30 мин)
Подготовка к прогулке, прогулка	9 ⁴⁰ -11 ⁰⁰ (1ч 20 мин)	9 ⁵⁰ -11 ⁰⁰ (1ч 10 мин)	10 ⁰⁰ -11 ³⁰ (1ч 30 мин)	10 ¹⁰ -11 ³⁵ (1ч 20 мин)	10 ⁵⁰ -12 ¹⁰ (1ч 20 мин)

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, дежурство	11 ⁰⁰ -11 ²⁰ (20 мин)	11 ⁰⁰ -11 ²⁰ (20 мин)	11 ³⁰ -11 ⁵⁰ (20 мин)	11 ³⁵ -12 ⁰⁰ (25 мин)	12 ¹⁰ -12 ²⁵ (15 мин)
Обед	11 ²⁰ -11 ⁵⁰ (30 мин)	11 ²⁰ -11 ⁵⁰ (30 мин)	11 ⁵⁰ -12 ²⁰ (30 мин)	12 ⁰⁰ -12 ²⁰ (20 мин)	12 ²⁵ -12 ⁴⁵ (20 мин)
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	11 ⁵⁰ -15 ⁰⁰ (3 ч)	11 ⁵⁰ -15 ⁰⁰ (3 ч)	12 ²⁰ -15 ⁰⁰ (2,5 ч)	12 ²⁰ -15 ⁰⁰ (2,5 ч)	12 ⁴⁵ -15 ¹⁵ (2,5 ч)
Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры, санитарно-гигиенические процедуры	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к полднику.	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ³⁰ -15 ⁴⁰ (10 мин)
Полдник	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ⁴⁰ -16 ⁰⁰ (20 мин)
Индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	16 ⁰⁰ -16 ¹⁰ (10 мин)
ООД, игровая деятельность, чтение худ. литературы, кружки	16 ⁰⁰ -16 ²⁰ (20 мин)	16 ⁰⁰ -16 ¹⁰ (10 мин)	16 ⁰⁰ -16 ²⁰ (20 мин)	16 ⁰⁰ -16 ²⁵ (20 мин)	16 ¹⁰ -16 ²⁵ (15 мин)
Кружки, подготовка к прогулке, вечерняя прогулка	16 ²⁰ -18 ⁰⁰ (1ч 40 мин)	16 ¹⁰ -18 ⁰⁰ (1ч 50 мин)	16 ²⁰ -18 ⁰⁰ (1ч 40 мин)	16 ²⁵ -18 ⁰⁰ (1ч 35 мин)	16 ²⁵ -18 ⁰⁰ (1ч 35 мин)
Уход детей домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00

Режим дня для групп МАДОУ №107, с 10,5 часовым пребыванием детей.

Холодный период года.

Содержание режимных моментов	1,5-3 лет	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Приём детей, игровая, трудовая, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)	7 ³⁰ -8 ⁰⁵ (35 мин)
Утренняя гимнастика	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)	8 ⁰⁵ -8 ¹⁵ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей, игры по выбору детей (в том числе малой и средней подвижности). Санитарно-гигиенические процедуры	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (15 мин)
Подготовка к завтраку. Завтрак	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)
Самостоятельная деятельность детей. Игры, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности. Подготовка к ООД	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)
Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов деятельности (образовательные ситуации на игровой основе)	9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (10 мин)	9 ⁰⁰ -9 ¹⁵ (15 мин)	9 ⁰⁰ -9 ²⁰ (20 мин)	9 ⁰⁰ -9 ²⁵ (25 мин)	9 ⁰⁰ -9 ³⁰ (30 мин)
Самостоятельная деятельность детей. Санитарно-гигиенические процедуры	9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин)	9 ¹⁵ -9 ²⁵ (10 мин)	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	9 ²⁵ -9 ³⁵ (10 мин)	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин)
Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов деятельности (образовательные ситуации на игровой основе)	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	9 ²⁵ -9 ⁴⁰ (15 мин)	9 ³⁰ -9 ⁵⁰ (20 мин)	9 ³⁵ -10 ⁰⁰ (25 мин)	9 ⁴⁰ -10 ¹⁰ (30 мин)
Второй завтрак	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин)	9 ⁴⁰ -9 ⁵⁰ (10 мин)	9 ⁵⁰ -10 ⁰⁰ (10 мин)	10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин)	10 ¹⁰ -10 ²⁰ (10 мин)
Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов деятельности (образовательные ситуации на игровой основе)	-	-	-	-	10 ²⁰ -10 ⁵⁰ (30 мин)
Подготовка к прогулке, прогулка	9 ⁴⁰ -11 ⁰⁰ (1ч 20 мин)	9 ⁵⁰ -11 ⁰⁰ (1ч 10 мин)	10 ⁰⁰ -11 ³⁰ (1ч 30 мин)	10 ¹⁰ -11 ³⁵ (1ч 20 мин)	10 ⁵⁰ -12 ¹⁰ (1ч 20 мин)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, дежурство	11 ⁰⁰ -11 ²⁰ (20 мин)	11 ⁰⁰ -11 ²⁰ (20 мин)	11 ³⁰ -11 ⁵⁰ (20 мин)	11 ³⁵ -12 ⁰⁰ (25 мин)	12 ¹⁰ -12 ²⁵ (15 мин)
Обед	11 ²⁰ -11 ⁵⁰ (30 мин)	11 ²⁰ -11 ⁵⁰ (30 мин)	11 ⁵⁰ -12 ²⁰ (30 мин)	12 ⁰⁰ -12 ²⁰ (20 мин)	12 ²⁵ -12 ⁴⁵ (20 мин)
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	11 ⁵⁰ -15 ⁰⁰ (3 ч)	11 ⁵⁰ -15 ⁰⁰ (3 ч)	12 ²⁰ -15 ⁰⁰ (2,5 ч)	12 ²⁰ -15 ⁰⁰ (2,5 ч)	12 ⁴⁵ -15 ¹⁵ (2,5 ч)
Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры, санитарно-гигиенические процедуры	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к полднику.	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ³⁰ -15 ⁴⁰ (10 мин)
Полдник	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ⁴⁰ -16 ⁰⁰ (20 мин)
Индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	16 ⁰⁰ -16 ¹⁰ (10 мин)
ООД, игровая деятельность, чтение худ. литературы, кружки	16 ⁰⁰ -16 ²⁰ (20 мин)	16 ⁰⁰ -16 ¹⁰ (10 мин)	16 ⁰⁰ -16 ²⁰ (20 мин)	16 ⁰⁰ -16 ²⁵ (20 мин)	16 ¹⁰ -16 ²⁵ (15 мин)
Кружки, подготовка к прогулке, вечерняя прогулка	16 ²⁰ -18 ⁰⁰ (1ч 40 мин)	16 ¹⁰ -18 ⁰⁰ (1ч 50 мин)	16 ²⁰ -18 ⁰⁰ (1ч 40 мин)	16 ²⁵ -18 ⁰⁰ (1ч 35 мин)	16 ²⁵ -18 ⁰⁰ (1ч 35 мин)
Уход детей домой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00

ОТПРАВИТЕЛЬ МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД №107"	ПОДПИСАНО
ВЛАДЕЛЕЦ СЕРТИФИКАТА Пурова Галима Дамировна	
СЕРТИФИКАТ 155CB001AAE76AE43B6F0B0FB3A5EAE	ПОДПИСАН 14.09.2032 14:50:12 МСК
ПОДПИСЬ ВЕРНА	