

**ПРИНЯТО**

на заседании педагогического совета  
ИП Гран И.Н.

Протокол № 1  
от « 30 » августа 2022 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

ИП Гран И.Н.

И.Н. Гран



Приказ № 48

от « 1 » сентября 2022 г.

# Режим дня

дошкольное общее образование

2022-2023 учебный год

В частном детском саду индивидуального предпринимателя используются типовые (примерные) режимы дня пребывания ребенка. Типовые режимы дня – примерные режимы пребывания воспитанников соответствующей возрастной группе, которые конкретизируются в зависимости от возрастных и (или) индивидуальных возможностей детей.

Режим дня составлен с расчетом 10,5 - ти часового пребывания ребёнка в частном детском саду (с 08.00 до 18.30).

Режимные процессы распределяются в течение времени пребывания ребенка в ИП в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил СП1.2.3685–21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021 №62296)»

#### **Организация режима пребывания детей в ИП:**

- 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 период и холодный период;
- для воспитанников, вновь поступающих в частный детский сад ИП, предполагается режим постепенного вхождения в группу.
- на период карантинных мероприятий предполагаются режимы карантина;
- В период летнего оздоровительного периода в ИП 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 организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:**

- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- обеспечение безопасности пребывания ребенка в ИП, охрана и укрепление физического и психического здоровья;
- соблюдение санитарно – гигиенических норм и правил, требований нормативных документов, регламентирующих организацию образовательной и оздоровительной работы с детьми;
- комплексность использования условий и образовательных ресурсов ИП для организации полноценного воспитания и развития детей;
- соблюдение требований к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

#### **Основные принципы построения режима дня:**

- режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в ИП, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;

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

- организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года, контроль за соблюдением и выполнением режима дня в ИП осуществляет старший воспитатель, индивидуальный предприниматель.

Режим дня может меняться в зависимости от погодных условий, от возрастной категории детей.

**Организация сна.** Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 ч. По гигиеническим нормативам дети возрасте от одного года до трех лет должны спать днем 3 часа, а дети четырёх – 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, можно включить убаюкивающую музыку, или звуки природы, шумные игры исключаются за 30 минут до сна.

- спальню (помещение) перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов.

- допускаются такие граничные показатели температуры: в спальней варьируется в рамках 18-22 градуса, оптимальная 22 градуса, игровая в пределах 21-24 градусов, оптимальная – 24 градуса.

- во время сна детей присутствие воспитателя (или помощника воспитателя, если воспитатель на совещание) в помещении обязательно.

- 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 ИП составляет около 3-4 часа.

Прогулку организуют 2 раза в день: 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 осуществляется на свежем воздухе. При температуре воздуха ниже 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с – продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже 15 градусов и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет – при температуре воздуха ниже – 20 градусов и скорости ветра более 15 м/с. При сильном ветре и неблагоприятных условиях прогулка сокращается. Если на улице днем больше 28-30 градусов, 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 осуществляют воспитатели, которые должны следить за надлежащим проведением уборок и подготовкой игровых и спальных к приему детей.

**Режим дня для групп на случай неблагоприятных погодных условий**

Режимные моменты	Время	
	Разновозрастная группа № 1 (1,5 – 3 года)	Разновозрастная группа № 2 (3 – 6 лет)
Утренний прием: осмотр детей, термометрия. Совместная работа взрослых и детей. Самостоятельная деятельность детей. Взаимодействие с семьей	08.00-08.20	08.00-08.20
Утренняя зарядка: Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.20-08.30	08.20-08.30
Завтрак: Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столы	08.30-08.35	08.30-08.35
Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	08.35-08.50	08.35-08.50
Игры, совместная деятельность взрослых и детей, утренний круг, подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00	08.50-09.00
Образовательная деятельность: развивающие занятия, перерыв и подготовка к занятию, физкультминутки	09.00-09.45	09.00-10.35
Подготовка к завтраку, второй завтрак	09.45-10.00	10.00-10.10
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, совместная работа взрослых и детей	10.00-12.15	10.35-12.30
Подготовка к обеду, привитие культурно-гигиенических навыков, обед	12.15-12.45	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, двигательная разминка, закаливание, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.20	15.00-15.20
Совместная деятельность взрослых и детей, самостоятельная деятельность в центрах активности, ролевые игры, игры по желанию, чтение художественной литературы, образовательная деятельность	15.20-15.40	15.20-15.50
Полдник, совмещенный с ужином. Привитие культурно-гигиенических навыков	15.40-16.30	15.50-16.30
Игры, совместная деятельность взрослых и детей, самостоятельная деятельность, образовательная деятельность	16.30-17.00	16.30-17.00
Самостоятельная и совместная деятельность взрослых и детей, чтение художественной литературы, индивидуальная работа, игры, взаимодействие с семьей. Постепенный уход домой	17.00-18.30	17.00-18.30

*Режим дня (теплый период года)*

Режимные моменты	Время	
	Разновозрастная группа № 1 (1,5 – 3 года)	Разновозрастная группа № 3 (3 – 6 лет)
Утренний прием: прием детей на свежем воздухе, осмотр детей, термометрия, совместная работа взрослых и детей. Самостоятельная игровая деятельность на прогулке. Взаимодействие с семьей	08.00–08.20	08.00–08.20
Утренняя зарядка: Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.20-08.30	08.20-08.30
Возвращение в группу, гигиенические процедуры	08.30-08.45	08.30-08.45
Завтрак: Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столы	08.45-09.20	09.00-09.20
Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи		
Совместная деятельность взрослых и детей. Утренний круг общения, самостоятельная деятельность Подготовка к прогулке, прогулка: коллективные двигательные-активные игры, наблюдения, развлечения, воздушные, солнечные ванны	09.20-10.00	09.20-10.00
Второй завтрак: Гигиенические процедуры, завтрак	10.00-10.20	10.00-10.20
Прогулка, игры, наблюдения, , развлечения, экспериментирование, совместная деятельность, эстафеты, физическая активность, водные процедуры	10.20-11.20	10.20-12.15
Возвращение с прогулки, привитие культурно-гигиенических навыков	11.20–11.30	12.15-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, оздоровительные мероприятия, минутка чтения, дневной сон	12.00–15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, двигательная разминка, закаливание, воздушные и водные процедуры	15.00–15.20	15.00–15.20
Игры, совместная деятельность взрослых и детей, самостоятельная игровая деятельность	15.20-15.40	15.20-15.40
Подготовка к полднику, полдник, совмещенный с ужином. Привитие культурно-гигиенических навыков	15.40-16.10	15.40-16.10
Игры, подготовка к прогулке	16.10-16.40	16.10-16.40
Вечерняя прогулка. Совместная деятельность взрослых и детей, игры, наблюдения, свободная деятельность детей по выбору. Взаимодействие с семьей. Уход детей домой	16.40-18.30	16.40-18.30

## Двигательный режим

Виды двигательной активности	Группа раннего возраста	Младший возраст	Средний возраст	Старший дошкольный возраст
Утренняя гимнастика	5-6 минут (ежедневно)	6-8 минут (ежедневно)	10 минут (ежедневно)	10-15 минут (ежедневно)
Образовательная нагрузка. Образовательная область «Физическое развитие»	10 минут 3 раза в неделю	15 минут 2 раза в неделю	20 минут 3 раза в неделю	25-30 минут 3 раза в неделю
Физкультурная минутка	-	5 минут (ежедневно)	5 минут (ежедневно)	5 минут (ежедневно)
Динамическая пауза	-	10 минут (ежедневно)	10 минут (ежедневно)	10 минут (ежедневно)
Образовательная нагрузка. Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие» Музыка	10 минут 2 раза в неделю	15 минут 2 раза в неделю	20 минут 2 раза в неделю	25-30 минут 2 раза в неделю
Развлечение	10 минут 1 раз в неделю	15 минут 1 раз в неделю	20 минут 1 раз в неделю	25-30 минут 1 раз в неделю
Подвижные игры на прогулке	10-15 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	15-20 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	20-25 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	25-30 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)
<b>В дни проведения физкультурных занятий</b>				
Продолжительность	5-6 минут	6-10 минут	8-12 минут	10-15 минут
Гимнастика после сна	5 минут (ежедневно)	5 минут (ежедневно)	8 минут (ежедневно)	10 минут (ежедневно)
Физкультурные досуги	10 минут 1 раз в месяц	15 минут 1 раз в месяц	20 минут 1 раз в месяц	25-30 минут 1 раз в месяц
Физкультурные праздники	10 минут 2 раза в год	15 минут 2 раза в год	20 минут 2 раза в год	25-30 минут 2 раза в год
Музыкальные досуги	10 минут 1 раз в месяц	15 минут 1 раз в месяц	20 минут 1 раз в месяц	25-30 минут 1 раз в месяц
Объём двигательной активности в неделю	3 ч.30 мин./ 4 ч.15 мин.	4 ч.45 мин./ 5 ч.5 мин.	5 ч.45 мин./ 6 ч.10 мин.	7 ч.25 мин./ 8 ч.50 мин.

Прошито, пронумеровано

количество листов

Подпись

