

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №53» НМР РТ

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 7
от «25» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №53»
НМР РТ



Сайфутдинова Л.И.

«31» августа 2023г.

Вводится в действие на основании приказа
№ 46 от «31» августа 2023 г.

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

Старший воспитатель Л.В. Красильникова

Старшая медсестра: Р.З. Мешкова

г. Нижнекамск

2023г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
к режиму дня на холодный период
на 2023 – 2024 учебный год

Режим работы ДОУ

Режим работы детского сада: пятидневная рабочая неделя с 12 часовым пребыванием детей с 6.00 до 18.00 часов, выходные суббота, воскресенье, государственные праздники.

Режимы дня в разных возрастных группах разработаны с учетом требований:

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28 сентября 2020 года № 28;

- СанПиН 2.3./2.4.3590-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» от 27.10.2020 года № 32;

- СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормы и требования к обеспечению безопасности (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 года № 2.

- приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования».

В ДОУ разработаны режимы:

1. Режим дня в группах на холодный период (с 01.09.2023 по 31.05.2024 года);

2. Режим дня в группах на теплый период (с 01.06.2023 по 31.08.2024 года);

3. Режим дня в группе кратковременного пребывания;

4. Двигательный режим;

5. Адаптационный режим;

6. Карантинный режим.

Организация режима дня.

При проведении режимных моментов, сотрудники МБДОУ д/с № 53 придерживаются следующих **правил**:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во 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.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строиться на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей, предусматривает личносно – ориентированный подход к организации всех видов детской деятельности.

Режим дня может корректироваться в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ.

При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

Продолжительность прогулок, не менее 3 часа в день для детей до 7 лет.

Продолжительность дневного сна, не менее: для детей в возрасте от 1,5 - 3 лет 3 часа, 4-7 лет – 2,5 часа.

Утренняя зарядка, продолжительность, детям до 7 лет, не менее 10 минут.

Требования к организации образовательного процесса.

Начало занятий во всех возрастных группах, не ранее 8.00 часов, окончание занятий, не позднее 17.00 часов.

Продолжительность занятия 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 — 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна;

от 6 до 7 лет — не более 90 минут.

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 учётом 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;

Расписание занятий составляются 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 для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования ЭСО.

Физкультурные, физкультурно – оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также спортивных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня.

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
Начало занятий не ранее	все возрасты	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	17.00

Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет	10 минут 15 минут 20 минут 25 минут 30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет	20 минут 30 минут 40 минут 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна 90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут

Показатели организации режима дня		
Продолжительность ночного сна не менее	1-3 года 4-7 лет	12 часов 11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	1-3 года 4-7 лет	3 часа 2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возрасты	1 час в день

Утренний подъем, не ранее	все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

Организация двигательного режима в МБДОУ д/с № 53

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	Первая и вторая мл. группы	Средняя	Старшая	Подготовительная к школе
Организованная деятельность	7 ч. в неделю	8 ч. в неделю	10 и более ч. в неделю	12 и более ч. в неделю
Утренняя гимнастика	до 10 мин.	до 10 мин.	до 10 мин.	до 10 мин.
Гимнастика пробуждения	5-6 мин.	5-8 мин.	5-10 мин.	до 10 мин.
Подвижные игры	Не менее 2-4 раз в день			
	6-10мин.	10-15 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.
Спортивные игры	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
Спортивные упражнения на прогулке	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
Физкультурные упражнения на прогулке	5-7мин.	8-10 мин.	10 мин.	15 мин.
Физкультурные занятия	10 мин.	15 мин.	25 мин.	30 мин.
Музыкальные занятия(часть занятия)	3-5 мин.	5 мин.	7-10 мин.	10 мин.
Двигательные игры под музыку	5-10мин.	10-15 мин.	15-20 мин.	до 25 мин.
Спортивные	1 раз в месяц			

<i>развлечения</i>	15 мин.	20 мин.	30 мин.	35 мин.
<i>Спортивные праздники</i>	2 раза в год			
	15-25 мин.	20-25 мин.	50-60 мин.	50-60 мин.
<i>Дни здоровья</i>	1 раз в месяц			
<i>Неделя здоровья</i>	2 раза в год			
<i>Самостоятельная двигательная активность</i>	Ежедневно индивидуально и по подгруппам			

2. Режимы дня по группам

Режим дня в группе раннего возраста