

**ПРИНЯТО**

решением Педагогического совета  
Протокол № 6  
от 03.04. 20223 г.  
Председатель \_\_\_\_\_ О.В. Борисова

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора  
№ 142 - од  
от 06.04.2023 г.  
Директор  
ГБОУ ООШ №4 г. Новокуйбышевска  
\_\_\_\_\_ О.В. Борисова  
06.04. 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ И РАСПОРЯДОК**

**СП «Детский сад «Жар-птица»  
ГБОУ ООШ № 4 г.Новокуйбышевска**

**ПРИНЯТО**

решением Педагогического совета  
Протокол № 6  
от 03.04.2023 г.  
Председатель О.В. Борисова

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора

№ 144 от 04.04.2023 г.

Директор  
ГБОУ ООШ №4 г. Новокуйбышевска  
О.В. Борисова  
2023 г.



**РЕЖИМ ДНЯ И РАСПОРЯДОК**

**СП «Детский сад «Жар-птица»  
ГБОУ ООШ № 4 г.Новокуйбышевска**

**Структурное подразделение «Детский сад «Жар-птица» ГБОУ ООШ № 4 г.  
Новокуйбышевска (далее – СП) функционирует в режиме:**

- полного дня (12-часового пребывания)
- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы – с 07.00 до 19.00 (по запросу родителей возможно до 20.00);
- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

**Организация режима пребывания детей в СП**

- 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 организованы консультации в течение года с проведением мероприятий для будущих воспитанников.
- На период карантинных мероприятий предполагаются режимы карантина по показаниям старшей медицинской сестры.
- В период летнего оздоровительного периода в СП 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 СП, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
- режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника (в СП 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 СП осуществляет старшая медицинская сестра/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 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 лекарств 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 СП 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 возлагается на 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 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:

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами (Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28, СанПиН 1.2.3685-21 «Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НОРМАТИВЫ И ТРЕБОВАНИЯ К ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОСТИ И (ИЛИ) БЕЗВРЕДНОСТИ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА ФАКТОРОВ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ"

**Распорядок (режим) дня**  
(Холодный период года)

<i>Режимные моменты</i>	<b>1,6 – 3 года</b>	<b>3 – 4 года</b>	<b>4 – 5 лет</b>	<b>5 – 6 лет</b>	<b>6 – 7 лет</b>
Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.20-8.50	8.20-8.40	8.25-8.45	8.25-8.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.30-9.10 по подгруппам	8.50-9.00	8.40-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
Организованная образовательная деятельность(игры-занятия)	8.40-9.10 по подгруппам	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-9.55	9.00-10.50
Второй завтрак	9.10-9.20	9.40-9.50	9.50-10.00	9.55-10.05	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20-11.20	9.50-11.45	10.00-12.00	10.05-12.15	10.50-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.20-11.50	11.45-12.15	12.00-12.30	12.15-12.40	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00	12.15-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка, полдник	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.30-16.45	15.30-16.55	15.30-16.55	15.30-16.55	15.30-16.55
Подготовка, ужин	16.45-17.05	16.55-17.10	16.55-17.10	16.55-17.10	16.55-17.10
Самостоятельная деятельность	17.05-18.00	17.10-18.00	17.10-18.00	17.10-18.00	17.10-18.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00

### Теплый период года

<i>Режимные моменты</i>	<b>1,5 – 3 года</b>	<b>3 – 4 года</b>	<b>4 – 5 лет</b>	<b>5 – 6 лет</b>	<b>6 – 7 лет</b>
Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.15	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.40	7.00-40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.40	8.30-8.50	8.30-8.40	8.40-9.00	8.40-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40-9.10	8.50-9.20	8.40-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20
Второй завтрак	9.10-9.20	9.20-9.30	9.20-9.30	9.20-9.30	9.20-9.30
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20-11.20	9.30-11.45	9.30-11.55	9.30-12.05	9.30-12.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.20-11.30	11.45-11.55	11.55-12.05	12.05-12.15	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-11.50	11.55-12.15	12.05-12.30	12.15-12.40	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00	12.15-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка, полдник	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.30-16.45	15.30-16.55	15.30-16.55	15.30-16.55	15.30-16.55
Подготовка, ужин	16.45-17.05	16.55-17.10	16.55-17.10	16.55-17.10	16.55-17.10
Самостоятельная деятельность	17.05-18.00	17.10-18.00	17.10-18.00	17.10-18.00	17.10-18.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00