

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 51 «Центр детства»



Утверждаю
Заведующий МДОУ
детский сад № 51 «Центр детства»
Т.А.Похвашева
20 августа 2019г.

Режим дня

в МДОУ детский сад № 51 «Центр детства»

г.о. Серпухов 2019г.

Пояснительная записка

Организация режима пребывания детей в МДОУ детский сад № 51 «Центр детства» осуществляется на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 г., санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049-13.

МДОУ работает в режиме полного дня с 12-часовым пребыванием детей – с 07.00 часов до 19.00 часов, группа раннего возраста – 10,5 часов ежедневно (с 7.30 до 18.00), группы функционируют в режиме 5-дневной рабочей недели.

Создание оптимальных условий для комфортного пребывания детей в ОУ – одна из главных задач педагогического коллектива. Оптимальные условия – это продуманное соотношение свободной, регламентируемой и нерегламентированной (совместная деятельность педагогов и детей и самостоятельная деятельность детей) форм деятельности ребенка.

Режим дня строится в соответствии с возрастными психофизиологическими особенностями детей и способствует их гармоничному развитию, а также социальному заказу родителей (законных представителей). Основу режима дня составляет точно установленный распорядок сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, организованной образовательной деятельности, прогулок и самостоятельной деятельности детей. Режим дня скорректирован с учетом особенностей работы МДОУ (контингент детей, климат, длительность светового дня), холодного и теплого периодов. При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, темп деятельности и т.д.).

Форма работы (пункт СанПиН СанПиН 2.4.1.3049-13)	"Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" (СанПиН 2.4.1.3049-13)				
	Ранний возраст 2 – 3 года	Младшая гр. 3 – 4 года	Средняя гр. 4 – 5 лет	Старшая гр. 5 – 6 лет	Подгот. гр. 6 – 7 лет
Количество детей в группах общеразвивающей направленности – п. 1.9	не менее 2,5 м² на 1 ребёнка	не менее 2,0 м² на 1 ребёнка			

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Питание

Организация питания – п. 4.32	Питание детей организуют в помещении групповой комнаты.
Количество приёмов пищи в МДОУ с 12-часовым и 10,5 часовым пребыванием – п. 15.4	4-х разовое (завтрак, 2-й завтрак, обед, уплотненный полдник)
Интервал оптимального приёма пищи – п. 11.7, 15.11	Не более 4 часов (завтрак 8.30 – 9.00, 2-й завтрак 10.00, обед 12.00 – 13.00, уплотненный полдник- 15.30 – 16.00)

Дневной сон – п. 11.7

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста должна составлять 12 - 12,5 часа, из которых 2,0 - 2,5 отводится дневному сну. Для детей от 2 до 3 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или младшего воспитателя) в спальне обязательно.

Самостоятельная деятельность детей – п. 11.8

Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.

При реализации образовательной программы дошкольного образовательного учреждения для детей раннего возраста от 2 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин.

Образовательная деятельность осуществляется в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Продолжительность НОД – п. 11.10

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей

- от 3 до 4-х лет – не более 15 минут,
- от 4-х до 5-ти лет – не более 20 минут,
- от 5 до 6-ти лет не более 25 минут,
- от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объём ежедневной образовательной нагрузки – п. 11.10, 11.12

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной – 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность проводят физкультурные минутки.

Перерывы между занятиями – п. 11.11

Перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультминутки.

НОД, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей – п. 11.12

НОД, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня. Для профилактики утомления детей указанная деятельность сочетается с физкультурной, музыкальной деятельностью.

НОД по физическому развитию детей – п. 12.4, 12.5

Физическое развитие детей направлено на улучшение здоровья, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года. В дошкольном учреждении используются такие формы двигательной деятельности, как:

- утренняя гимнастика,
- НОД физического развития в помещении и на воздухе,
- физкультурные минутки,
- бодрящая гимнастика,
- подвижные и спортивные игры, упражнения,
- музыкально-ритмическая гимнастика.

С детьми 2-3 года жизни занятия по физическому развитию осуществляют по подгруппам 3 раза в неделю по 10 минут каждое. Для детей от 3 до 7-ми лет – не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию составляет:

- во второй младшей группе – 15 минут;
- в средней – 20 минут;
- в старшей – 25 минут;
- в подготовительной – 30 минут.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организуется НОД по физическому развитию на открытом воздухе. Они проводятся только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию максимально организуется на открытом воздухе. Учебная НОД не проводится. Используются все организованные формы НОД по физическому развитию детей с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм)

Закаливание детей включает комплекс мероприятий:

- широкая аэрация помещений,
- правильно организованная прогулка,
- физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе,
- умывание прохладной водой и другие вводные, воздушные и солнечные процедуры.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности педагогических кадров. При организации закаливания реализуются основные гигиенические принципы – постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

Прогулка. (СанПиН 2.4.1.3049-13– п.11.5)

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 3-4 часа. Прогулка проводится 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня – после полдника и самостоятельной деятельности детей в групповой комнате. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Температура воздуха	Скорость ветра	Продолжительность прогулки 3-4 часа ежедневно Количество – 2 раза в день				
		Ранний возраст 2 – 3 года	Младшая гр. 3 – 4 года	Средняя гр. 4 – 5 лет	Старшая гр. 5 – 6 лет	Подгот. гр. 6 – 7 лет
от -15 ⁰	до 7 м/с	Гуляют	Гуляют	Гуляют	Гуляют	Гуляют
ниже -15 ⁰	более 7 м/с	Гуляют Время прогулки сокращается	Гуляют Время прогулки сокращается	Гуляют Время прогулки сокращается	Гуляют Время прогулки сокращается	Гуляют Время прогулки сокращается
ниже -15 ⁰	более 15 м/с	Для детей до 4-х лет прогулка не проводится		Гуляют Время прогулки сокращается	Гуляют Время прогулки сокращается	Гуляют Время прогулки сокращается
ниже -20 ⁰	более 15 м/с	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Для детей 5-7 лет прогулка не проводится	Для детей 5-7 лет прогулка не проводится

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ
детский сад № 51 «Центр детства»
_____ Т.А. Похвощева
« 29 » августа 2019г.

РЕЖИМ ДНЯ *(холодный период)*
Муниципального дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 51 «Центр детства»
на 2019- 2020 уч.г.

Вид деятельности	Группа раннего возраста (2-3 года)	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготов. группа (6-7 лет)
Прием детей, самостоятельная деятельность	7.30-7.50	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.20	8.10-8.40	8.20-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность. Игры	8.20-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-9.10	9.00 - 9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
	9.20-9.30	9.25 - 9.40	9.30-9.50	9.35-9.55	9.40-10.10
					10.20-10.50
Второй завтрак	9.30 - 9.40	9.40 - 9.50	9.50-10.10	10.00-10.20	10.50-11.00
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.40 -11.20	9.50 - 11.50	10.10-12.00	10.20-12.10	11.00-12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20-11.40	11.50-12.10	12.00-12.10	12.10-12.25	12.25-12.40
Обед	11.40-12.00	12.10-12.40	12.10-12.40	12.25-12.45	12.40-13.00
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры.	12.00-12.15	12.40-12.50	12.40-12.50	12.45-13.00	13.00-13.15
Дневной сон	12.15-15.15	12.50-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.15-15.00
Подъем, гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры.	15.15-15.30	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.20	15.00-15.15
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.30-16.00	15.25-15.50	15.25-15.50	15.20-15.40	15.15-15.30
Непрерывная образовательная деятельность	16.00-16.10 16.10-16.20	_____	15.40-16.00	-----	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение худож. литературы	_____	15.50-16.30	15.50-16.30	15.40-16.30	16.00-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.20-17.30	16.30-17.50	16.30-17.50	16.30-18.00	16.40-18.00
Самостоятельная деятельность, уход домой	17.30-18.00	17.50-19.00	17.50-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ
детский сад № 51 «Центр детства»
Т.А. Похвощева
« 29 » августа 2019г.

РЕЖИМ ДНЯ (*теплый период*)
Муниципального дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 51 «Центр детства»
на 2019- 2020 уч.г.

Вид деятельности	Возрастная группа					
	от 2 до 3 лет	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет	Смешанная группа (4-5 лет) и (6-7 лет)
Прием детей, игровая деятельность, дежурство	7.30-8.00	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.15
Музыкально-ритмическая гимнастика (на улице)	8.00-8.10	8.10-8.25	8.15-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.15-8.30
Самостоятельная деятельность, игры	8.10-8.40	8.25-8.40	8.30-8.40	8.30-8.45	8.30-8.50	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00	8.40-9.00
Непрерывная образовательная деятельность: физкультурно-оздоровительная, музыка, художественное творчество, познавательно-исследовательская (на воздухе)	9.00-9.10 9.20-9.30 по подгруппам	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-9.50
Самостоятельная деятельность, игры, наблюдения.	9.30-9.55	9.15-9.45	9.20-9.45	_____	_____	-----
Второй завтрак	9.55-10.10	9.45-10.00	9.45-10.00	9.50-10.00	10.00-10.10	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.45	10.00-12.00	10.00-12.10	10.00-12.30	10.10-12.40	10.00-12.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.45-12.25	12.00-12.30	12.10-12.40	12.30-12.55	12.40-13.00	12.30-12.55
Подготовка ко сну, сон	12.25-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	12.55-15.00
Постепенный подъем, гимнастика, закаливающие процедуры	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-15.55	15.30-15.50	15.30-15.45	15.30-15.55
Игры, трудовая, конструктивная деятельность (игры, наблюдения, воздушные солнечные ванны)	16.00-16.30	16.00- 16.30	15.55-16.30	15.50- 16.20	15.45- 16.15	15.55-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка Игровая деятельность, самостоятельная деятельность, уход домой.	16.30-18.00	16.30-19.00	16.30-19.00	16.20-19.00	16.15-19.00	16.30-19.00