

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ г. ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД № 426

620010, г. Екатеринбург, ул. Бородинна, 7а
тел. (343) 258-53-70
эл. почта: mdu426@bk.ru

ПРИНЯТО:

На Педагогическом совете
Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 18-О от 28.08.2024 г.
Заведующий МБДОУ - детский сад № 426
Ю.В. Батуева



РЕЖИМ ДНЯ

МБДОУ – детский сад № 426
на 2024 – 2025 учебный год

Пояснительная записка

Организация режима пребывания детей в МБДОУ – детский сад № 426 осуществляется на основе:

- требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 г),
- Федеральной образовательной программы дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 года № 1028),
- санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 1.2.3685-21, СП 2.4.3648-20 и СанПин 2.3/2.4.3590-20,
- с учетом условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим работы МБДОУ – детский сад № 426:

- пятидневная рабочая неделя,
- продолжительность работы МБДОУ – 10, 5 часов,
- режим работы групп МБДОУ – с 07.30 до 18.00.

Режим дня представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Режим и распорядок дня устанавливается с учетом санитарно-эпидемиологических требований, условий реализации Программы, потребностей участников образовательных отношений.

Основными компонентами режима в МБДОУ являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игравая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности. Дети, соблюдающие режим дня, более уравновешены и работоспособны, у них постепенно вырабатываются определенные биоритмы, система подготавливается к каждому этапу: приему пищи, прогулке, занятиям, отдыху. Нарушение режима отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.

Приучать детей выполнять режим дня необходимо с раннего возраста, когда легче всего вырабатывается привычка к организованности и порядку: активной деятельности и правильному отдыху с максимальным проведением его на свежем воздухе. Делать это необходимо постепенно, последовательно и ежедневно.

Режим дня должен быть *гибким*, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки. При организации режима следует предусматривать оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточную двигательную активность ребенка в течение дня, обеспечивать сочетание умственной и физической нагрузки. Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса должны соответствовать требованиям, предусмотренным Санитарными правилами и нормами СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы

и условия организации образовательного процесса должны соответствовать требованиям, предусмотренным Санитарными правилами и нормами СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы

и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2, действующим до 1 марта 2027 г. (далее – Гигиенические нормативы), и Санитарными правилами СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (далее – Санитарно-эпидемиологические требования).

Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно пункту 185 Гигиенических нормативов при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении деятельности в этот период необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и т. д.).

Режим питания зависит от длительности пребывания детей в МБДОУ и регулируется СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32 (далее – СанПин по питанию).

Согласно пункту 183 Гигиенических нормативов Организация может корректировать режим дня в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года. Ниже приведены требования к организации образовательного процесса, режиму питания, которыми следует руководствоваться при изменении режима дня.

Согласно пункту 2.10 Санитарно-эпидемиологических требований к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья. При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультурных минут 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 организуется с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Хозяйствующим субъектом

обеспечивается присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях плавательных бассейнах. Показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатической зоне. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Режим работы МБДОУ в период карантина

Карантин – система мероприятий, проводимых для предупреждения распространения инфекционных заболеваний из эпидемического очага и ликвидации самого очага. Эпидемический процесс данных заболеваний характеризуется сезонными изменениями, вспышками и возникающими эпидемиями различной интенсивности, которые поражают около 20% детей.

Сроки карантина устанавливаются на основании данных о наибольшей продолжительности инкубационного периода заболевания. Так, при гриппе и scarлатине карантин длится 7 дней, при ветряной оспе, краснухе и паротите – 21 день, при менингококковой инфекции – 10 дней, а при вирусном менингите – 20 дней. На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

Требования и показатели организации образовательного процесса
(извлечения из СанПиН 1.2.3685-21 Таблицы 6.6, 6.7)

Показатель		Возраст	Норматив
<i>Требования к организации образовательного процесса</i>			
Начало занятий не ранее			
Окончание занятий, не позднее		все возраста	8.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более		все возраста	17.00
		от 1,5 до 3 лет	10 минут
		от 3 до 4 лет	15 минут
		от 4 до 5 лет	20 минут
		от 5 до 6 лет	25 минут
		от 6 до 7 лет	30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более			
		от 1,5 до 3 лет	20 минут
		от 3 до 4 лет	30 минут
		от 4 до 5 лет	40 минут
		от 5 до 6 лет	50 минут или 75 мин при организации 1 занятия последневного сна
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее		от 6 до 7 лет	90 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее		все возраста	10 минут
Показатели организации образовательного процесса		все возраста	2-х минут
Продолжительность ночного сна не менее			
Продолжительность дневного сна, не менее		1-3 года	12 часов
		4-7 лет	11 часов
Продолжительность прогулок, не менее		1-3 года	3 часа
Суммарный объем двигательной активности, не менее		4-7 лет	2,5 часа
		для детей до 7 лет	3 часа в день
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее		все возраста	1 часа в день
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее		все возраста	7 ч 00 мин
		до 7 лет	10 минут

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ г. ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД № 426

620010, г. Екатеринбург, ул. Бородина, 7а

тел. (343) 258-53-70

эл. почта: mdu426@bk.ru

ПРИНЯТО:
На педагогическом совете
Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Приказ № 18 - О от 28.08.2024 г.
Заведующий МБДОУ - детский сад № 426
Ю.В. Батуева

Режим дня в холодный период (сентябрь – май)
2024 - 2025 учебный год

Содержание деятельности

Прием и осмотр, взаимодействие с родителями, самостоятельные игры детей	Группы / количество групп				
	Ранний возраст (1)	Младшая (1)	Средняя (1)	Старшая (2)	Подготовительная (1)
Утренняя гимнастика	07.30 – 7.45.00 08.00 – 08.05	07.30 – 08.00 08.00 – 08.05	07.30 – 08.10 08.05 – 08.10	07.30 – 08.20 08.10 – 08.20	07.30 – 08.30 08.30 – 08.40
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, дежурство, завтрак	08.05 – 08.20	08.05 – 08.45	08.10 – 08.50	08.20 – 08.30	08.40 – 08.50
Самостоятельные игры в центрах активности по выбору детей. Общение. Подготовка к занятиям.	08.20 – 09.00	08.45 – 09.00	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00
Образовательная деятельность (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перемены между занятиями, не менее 10 минут)	09.00 – 09.30	09.00 – 09.40	09.00 – 09.55	09.00 – 10.05	09.00 – 10.30
Самостоятельная и совместная деятельность со взрослым. Развивающие образовательные ситуации на игровой основе.	09.30-09.50	09.40 – 10.00	09.55 – 10.10	10.05 – 10.25	-
Второй завтрак (прием сока или фруктов). Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, исследовательская деятельность, самостоятельная деятельность детей)	09.50 – 11.30	10.00 – 11.50	10.10 – 12.00	10.25 – 12.10	10.30 – 12.20
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.20	11.50 – 12.35	12.00 – 12.40	12.10 – 12.45	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну. Восприятие художественной литературы и фольклора. Дневной сон	12.20 – 15.30	12.35- 15.00	12.40 – 15.00	12.45 – 15.00	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения воздушные, водные процедуры, закаливание	15.30 – 15.40	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Самостоятельная и совместная деятельность со взрослым. Образовательные ситуации на игровой основе. Досу. общение по интересам. Восприятие художественной литературы. Образовательная деятельность в группах старшего дошкольного возраста	15.40 – 16.00	15.15 – 16.00	15.15 – 16.05	15.15 – 16.10	15.15 – 16.20
Гигиенические процедуры. Подготовка к уплотненному подднику. Уплотненный поддник.	16.00 – 16.30 16.30 – 18.00	16.00 – 16.35 16.35 – 18.00	16.05 – 16.35 16.35 – 18.00	16.10 – 16.35 16.35 – 18.00	16.20 – 16.40 16.40 – 18.00
Вечерний круг, подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей, взаимодействие с родителями), уход детей домой.	3 ч. – 4 ч. 3 ч. 00 мин. 2 ч. 50 мин.	3,5 – 4 ч. 3 ч. 00 мин. 2 ч. 00 мин.	3,5 – 4 ч. 3 ч. 00 мин. 2ч. 00 мин.	3,5 – 4 ч. 3 ч. 00 мин. 2 ч. 00 мин.	3,5 – 4 ч. 3 ч. 00 мин. 2 ч. 00 мин.
ИТОГО самостоятельная деятельность (N не менее 3-4 ч.)	3,3 – 4 ч.	3,5 – 4 ч.	3,5 – 4 ч.	3,5 – 4 ч.	3,5 – 4 ч.
ИТОГО прогулка (N не менее 4 ч. при 12 ч. режиме)	3 ч. 00 мин.	3 ч. 00 мин.	3 ч. 00 мин.	3 ч. 00 мин.	3 ч. 00 мин.
ИТОГО сон (N 2-3 ч.)	2 ч. 50 мин.	2 ч. 00 мин.	2ч. 00 мин.	2 ч. 00 мин.	2 ч. 00 мин.

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ г. ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД № 426
 620010, г. Екатеринбург, ул. Бородина, 7а
 тел. (343) 258-53-70

ПРИНЯТО:
 На Педагогическом совете
 Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:
 Приказ № 18-О от 28.08.2024 г.
 Заведующий МБДОУ - детский сад № 426

 О.В. Батуева

Режим дня теплый период (июнь – август)
2024 – 2025 учебный год

Содержание деятельности	Группы				
	Ранний возраст	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Утренний прием детей на улице, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30 – 08.00	07.30 – 08.10	07.30 – 08.25	07.30 – 08.30	07.30 – 08.35
Подготовка к завтраку, завтрак					
Подготовка к прогулке, прогулка, совместная деятельность со взрослыми и детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми	08.00 – 08.20 08.40 – 11.30	08.10 – 08.45 08.45 – 11.45	08.25 – 08.50 08.50 – 11.50	08.30 – 09.00 08.55 – 12.25	08.35 – 09.00 09.00 – 12.30
Возращение с прогулки					
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00	11.45 – 12.10	11.50 – 12.20	12.25 – 12.35	12.30 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 12.30	12.10 – 12.40	12.20 – 12.50	12.35 – 12.55	12.40 – 13.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры	12.30 – 15.30	12.40 – 15.30	12.50 – 15.30	12.55 – 15.30	13.00 – 15.30
Игры, трудовая и самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми					
Чтение художественной литературы					
Подготовка к подлинку, подлинка		15.30 – 15.40	15.30 – 15.50	15.30 – 16.00	15.30 – 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, работа с родителями, уход детей домой.	15.30 – 16.00	15.40 – 16.00	15.50 – 16.10	16.00 – 16.20	16.15 – 16.35
ИТОГО самостоятельная деятельность (N - не менее 3 - 4 ч.)	16.00 – 18.00	16.00 – 18.00	16.10 – 18.00	16.20 – 18.00	16.35 – 18.00
ИТОГО прогулка (N - не менее 4ч. при 12 ч. режиме)	3 ч. 30 мин.	3,5 - 4 ч.	3,5 - 4 ч.	3,8 - 4 ч.	3,6 - 4 ч.
ИТОГО сон (N: 2-3 часа)	2 ч. 00 мин.	3 ч. 30 мин. 2 ч. 00 мин.	4 ч. 00 мин. 2 ч. 00 мин.	4 ч. 00 мин. 2 ч. 00 мин.	4 ч. 00 мин. 2 ч. 00 мин.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402810

Владелец Батуева Юлия Васильевна

Действителен с 17.01.2025 по 17.01.2026