

Частное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Рыжики»

454091 г. Челябинск ул. Российской 222 А, телефон 262-11-37

ИНН 7451213580 КПП 745101001

ПРИНЯТ

Педагогическим советом ЧДОУ ДС «Рыжики»
от 22.08.2022 г.
протокол № 2



**ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ДНЯ
Частного дошкольного образовательного учреждения
детский сад «Рыжики»**

Челябинск
2022 год

1. Общие положения

1.1. Режим дня ЧДОУ ДС «Рыжики» разработан в соответствии с требованиями действующих СанПиН:

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

1.2. Режимы пребывания ребенка в ЧДОУ ДС «Рыжики» разрабатываются на основании следующих принципов:

- обеспечение безопасности пребывания ребенка в ДОУ, 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 ДОУ для организации полноценного воспитания и развития детей;

- соблюдение требований к условиям реализации основной образовательной программы дошкольного образования ЧДОУ ДС «Рыжики».

1.3. Режим пребывания детей в ЧДОУ ДС «Рыжики» предполагает не только определение временных рамок того или иного режимного момента (приём пищи, прогулка, организация занятий и т.д.), но и алгоритма их чередования (сон, бодрствование, отдых, образовательная нагрузка и т.д.) в соответствии с психофизиологическими особенностями и возможностями развития детей дошкольного возраста.

2. Режим занятий

2.1. Занятия во всех возрастных группах начинаются не ранее 8.00 и заканчиваются не позднее 17.00.

2.2. Продолжительность занятия для детей в зависимости от возраста составляет:

- для детей от 1,5 до 3 лет - 10 минут;
- для детей от 3 до 4-х лет - 15 минут;
- для детей от 4-х до 5-ти лет - 20 минут;
- для детей от 5 до 6-ти лет - 25 минут;
- для детей от 6-до 7 лет - 30 минут.

2.3. Продолжительность дневной суммарной образовательной

нагрузки:

- для детей от 1,5 до 3 лет не более 20 минут;
- для детей от 3 до 4 лет не более 30 минут;
- для детей от 4 до 5 лет не более 40 минут;
- для детей от 5 до 6 лет - 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна.
- для детей от 6 до 7 лет - 90 минут.

2.4. В середине занятия предусмотрены физкультурные минутки.

Продолжительность перерывов между занятиями не менее 10 минут.

2.5. Режимы дня по возрастным группам составляются на холодный и теплый период.

2.6. Кроме режима на холодное и теплое время года в ДОУ разработаны рекомендации:

- на случай неблагоприятной погоды: прогулка не проводится при неблагоприятных погодных условиях, когда температура воздуха превышает допустимую норму, и сильном ветре;
- на случай карантина и повышенной заболеваемости: в режиме дня увеличивается общая продолжительность пребывания детей на свежем воздухе, уменьшается объем образовательной деятельности с повышенными физическими и интеллектуальными нагрузками;
- на время каникул: используются формы работы эстетически-оздоровительного цикла: музыкальные, спортивные, изобразительной, театрализованной деятельности. Все виды образовательной деятельности проводятся в игровой форме.
- щадящий режим дня: для часто болеющих детей и детей, перенесших острые респираторные заболевания. Воспитатели и специалисты оберегают детей от переохлаждений и сквозняков, при проведении форм работы по физической культуре первые 7 дней после болезни нагрузка снижается, все сложные для ребенка упражнения исключаются, уменьшается количество и число повторений. В комплекс упражнений включаются пассивные упражнения дыхательного типа, способствующие улучшению обменных процессов и функций дыхательной и сердечнососудистой систем.

3. Прогулка

3.1. Прогулки во всех группах организованы 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня перед уходом детей домой. Продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3-х часов во всех возрастных группах.

3.2. При температуре воздуха ниже 15 градусов Цельсия и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

4. Дневной сон

4.1. Дневной сон организован согласно требованиям. Общая продолжительность в группах с 4 до 7 лет составляет не менее 2,5 часов, для детей раннего и младшего дошкольного возраста – не менее 3 часов.

5. Деятельность

5.1. Деятельность взрослых и детей организуется в двух основных моделях – совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей. Решение образовательных задач в рамках первой модели осуществляется как в виде непрерывной образовательной деятельности, так и в виде образовательной деятельности, осуществляющейся в ходе режимных моментов.

5.2. На самостоятельную деятельность детей режимом дня ЧДОУ ДС «Рыжики» предусмотрено не менее 3-4-х часов (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена).

6. Двигательная активность

6.1. В ЧДОУ ДС «Рыжики» в полном объеме соблюдаются требования к режиму двигательной активности детей с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья (п.2.10.3 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», а именно предусмотрены следующие формы двигательной деятельности воспитанников: утренняя зарядка, занятия по физической культуре, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, физкультурные праздники и досуги и другие.

6.2. Объем двигательной активности воспитанников 5-7 лет ЧДОУ ДС «Рыжики» в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности предусматривает не менее 7-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы ДОО.

6.3. Для проведения занятий по физической культуре в ДОО имеется физкультурный зал. Еженедельно во всех возрастных группах проводится 3 занятия физическому развитию, в зависимости от метеорологических условий, как в помещении, так и на воздухе. В дождливые, ветреные и морозные дни данные занятия проводятся в физкультурном зале.

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

6.4. В ДОО составлен график проведения утренней зарядки, согласно которому во всех группах утренняя зарядка проводится продолжительностью

10 минут.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день. Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

7. Адаптация

7.1. В ЧДОУ ДС «Рыжики» разработан алгоритм прохождения адаптации на период адаптации детей к условиям ДОО:

Первая (по необходимости и вторая) неделя: ребенок находится в детском саду 2-3 часа без мамы.

Цели:

установить индивидуальный эмоциональный контакт с ребенком (ребенок сам идет на руки, на колени, принимает ласку воспитателя, смело обращается за помощью);

закладывать основы доброжелательного отношения к сверстникам, способствовать развитию игры «рядом»;

побуждать к самостоятельным действиям в группе, закреплять умение ориентироваться в помещениях группы, находить предметы личного пользования (с помощью взрослого, опираясь на индивидуальную картинку).

Вторая неделя (по необходимости третья) неделя: посещение ребенком ДОО в первую половину дня (07.00-12.00). К концу недели ребенок по желанию остается на дневной сон.

Цели:

приучать ребенка к приему пищи в ДОО (привыкание к новому ассортименту блюд, их вкусовым качествам);

привлекать к совместным играм;

учить слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу;

формировать у детей навыки самообслуживания, побуждать к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого.

Третья неделя: дети посещают детский сад в течение всего дня.

Цели:

организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психический комфорт;

развивать уверенность ребенка в себе и своих возможностях, пробуждать активность, самостоятельность, инициативу;

развивать чувство сопереживания, желание помочь и утешить вновь прибывших детей, подготовить ребенка к расширению круга общения с другими сотрудниками ДОО, со старшими детьми; поощрять культурно-гигиенические навыки.

8. Режим дня

Режим дня группы раннего развития (1,5-2 года)

Холодный период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием и осмотр детей, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная деятельность	8.10 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30
Второй завтрак	9.10 – 9.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20 – 10.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10.50 – 11.10
Подготовка к обеду. Обед.	11.10 – 11.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	11.50 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.30
Игры, самостоятельная деятельность, непосредственно образовательная деятельность	15.30 – 16.00
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	16.00 – 16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей), уход детей домой	16.40 – 19.00

Теплый период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием детей, игры, утренняя гимнастика, прогулка	07.00 – 08.00
Подготовка к завтраку, завтрак	08.00 – 08.30
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	08.30 – 09.00
Прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры).	09.00 – 11.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.00 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00 – 15.00
Постепенный подъем. Самостоятельная деятельность, игры	15.00 – 16.00
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.30 – 19.00

Режим дня первой младшей группы (2-3 года)

Холодный период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием и осмотр детей, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная деятельность	8.10 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30
Второй завтрак	9.10 – 9.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20 – 10.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10.50 – 11.10
Подготовка к обеду. Обед.	11.10 – 11.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	11.50 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.30
Игры, самостоятельная деятельность, непосредственно образовательная деятельность	15.30 – 16.00
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	16.00 – 16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей), уход детей домой	16.40 – 19.00

Теплый период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием детей, игры, утренняя гимнастика, прогулка	07.00 – 08.00
Подготовка к завтраку, завтрак	08.00 – 08.30
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	08.30 – 09.00
Прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	09.00 – 11.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.00 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00 – 15.00
Постепенный подъем. Самостоятельная деятельность, игры	15.00 – 16.00
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.30 – 19.00

Режим дня второй младшей группы (3-4 года)

Холодный период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием и осмотр детей, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная деятельность	8.20 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40
Второй завтрак	9.40 – 9.50
Подготовка к прогулке, прогулка	9.50 – 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00 – 12.20
Подготовка к обеду. Обед.	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, непосредственно образовательная деятельность	15.15 – 15.40
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	15.40 – 16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей), уход детей домой	16.10 – 19.00

Теплый период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием детей, игры, утренняя гимнастика, прогулка	07.00 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.55
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	08.55 – 09.35
Прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	09.35 – 12.00
Второй завтрак	10.15 – 10.25
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.50 – 15.00
Постепенный подъем. Самостоятельная деятельность, игры	15.00 – 15.40
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	15.40 – 16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.10 – 19.00

Режим дня средней группы (4-5 лет)

Холодный период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием, осмотр, свободная игра, утренняя гимнастика, дежурство, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50
Второй завтрак	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	10.00 – 12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.15 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, непосредственно образовательная деятельность	15.15 – 15.50
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	15.50 – 16.20
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.20 – 19.00

Теплый период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием детей, прогулка, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.45
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры	8.45 – 12.15
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.15 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
Подготовка к дневному сну, сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	15.25 – 16.15
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	16.15 – 19.00

Режим дня старшей группы (5-6 лет)

Холодный период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием и осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.20
	9.30 – 9.55
Второй завтрак	9.55 – 10.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.00 – 12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.15 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, непосредственно образовательная деятельность	15.15 – 16.10
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	16.10 – 16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, самостоятельная деятельность. Уход домой	16.40 – 19.00

Теплый период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием на улице, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 – 9.15
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	9.15 – 12.15
Второй завтрак	10.15 – 10.25
Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельная деятельность	12.15 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 16.10
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	16.10 – 16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей). Уход домой	16.40 – 19.00

Режим дня подготовительной к школе группы (6-7 лет)

Холодный период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием и осмотр детей, игры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.20 – 10.50
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50 – 12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.40 – 12.50
Подготовка к обеду, обед	12.50 – 13.15
Подготовка к дневному сну, сон	13.15 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Непосредственно образовательная деятельность (2-3 раза в неделю со специалистами)	15.00 – 15.45
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	15.45 – 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	16.15 – 19.00

Теплый период года

Режимные моменты	Время проведения
Прием детей на улице, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.55
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры	8.55 – 12.30
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.30 – 12.45
Подготовка к обеду, обед	12.45 – 13.10
Подготовка к дневному сну, сон	13.10 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.15
Самостоятельная деятельность,	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, самостоятельная деятельность. Уход детей домой	16.00 – 19.00

9. Режим занятий с применением электронных средств обучения

9.1. Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от пяти лет и старше.

9.2. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях составляет:

Электронное средство обучения	Возраст воспитанника	Продолжительность использования, не более минут	
		На одном занятии	В день
Персональный компьютер, ноутбук	6-7	15	20