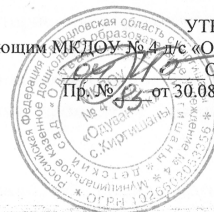


Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение  
№ 4-детский сад «Одуванчик» с.Киргишаны  
(МКДОУ № 4-д/с «Одуванчик»)

СОГЛАСОВАН  
Педагогическим советом МКДОУ № 4 д/с «Одуванчик»  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г

УТВЕРЖДЁН  
Заведующим МКДОУ № 4 д/с «Одуванчик»  
О.В.Бобрик  
Пр. № 2 от 30.08.2024 года



**Распорядок и режим дня МКДОУ № 4-детский сад «Одуванчик»  
На 2024/2025 годы**

Режим работы Учреждения: понедельник – пятница с 08:00 до 18:30 часов. Выходные дни: суббота, воскресенье и праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации. Режим и распорядок дня устанавливается с учетом санитарно-эпидемиологических требований, условий реализации Программы, потребностей участников образовательных отношений.

Режим дня в Детском саду является гибким, однако неизменными остаются: время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки. Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников

Ежедневная организация жизни и деятельности детей в зависимости от их возрастных и индивидуальных особенностей, социального заказа родителей, предусматривающая личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности.

Организация жизни и деятельности детей спланирована согласно: СанПиН 1.2.3685-21;СП .2.4.3648-20

Режим дня составляется для разных возрастных групп в холодный и теплый период года. Родители имеют право выбора режима посещения ДОО.

#### Показатели организации образовательного процесса.

Показатель	Возраст детей	Норматив
Продолжительность ночного сна, не менее	1-3 года	12,0 ч
	4-7 лет	11,0 ч
Продолжительность дневного сна, не менее	1-3 года	3,0 ч
	4-7 лет	2,5 ч
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3,0 ч /день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возраста	1,0 ч/день
Утренний подъем, не ранее	все возраста	7 ч 00 мин

#### Режим пребывания детей.

На самостоятельную деятельность воспитанников 2-7лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования воспитанников 3- 7лет составляет - 5,5-6 часов

Общественно-полезный труд воспитанников младшего возраста проводится в форме поручений), со среднего дошкольного возраста проводится в форме самообслуживания (дежурство по столовой, помощь в подготовке к занятиям, уход за растениями и животными и др.). Его продолжительность не должна превышать 20 мин. в день.

Физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом группы здоровья, возраста воспитанников и времени года. В Учреждении используются формы двигательной активности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, спортивные праздники и развлечения.

В объеме двигательной активности воспитанников 2-7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности не менее 1 часа в день с учетом психофизиологических особенностей воспитанников, времени года и режима работы Учреждения.

Четырехразовое питание воспитанников осуществляется посредством реализации основного десятидневного меню, утвержденного руководителем. Питание организовано в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.

#### **Организация приема воспитанников.**

Ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями и (или) медицинским работником, которые должны опрашивать родителей о состоянии здоровья детей, а также проводить бесконтактную термометрию. Прием детей проходит как на воздухе, так и в помещении. В хорошую погоду прием детей в любое время года проводится на свежем воздухе. Заболевшие дети, а также дети с подозрением на наличие инфекционного заболевания к посещению Учреждения не допускаются. После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней) детей принимают в дошкольные образовательные организации только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакт с инфекционными больными.

Продолжительность утренней зарядки составляет не менее 10 минут. После гимнастики осуществляется подготовка к завтраку, санитарно-гигиенические процедуры. В летний период зарядка проводится на улице.

Режим в детском саду строится с таким расчетом, чтобы длительные прогулки, шумные игры заканчивались примерно за полчаса до еды. Это время используется для спокойных игр и занятий. Количество времени, отведенное на игры, образовательную деятельность, прогулки, а также чередование различных видов деятельности не меняются. После игр и деятельности, требующей значительного умственного и волевого напряжения, относительной неподвижности, детям обеспечивается деятельность подвижного характера, не связанная с большими усилиями. После энергичных движений, сильного возбуждения отдыхом для детей являются спокойные игры.

#### **Организация прогулки.**

Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. Продолжительность прогулок не менее 3 часов в день. Продолжительность прогулок определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Прогулка является одним из эффективных средств закаливания организма дошкольников, направлена на оздоровление, реализацию естественной потребности детей в движении и включает в себя наблюдение, подвижные игры, труд на участке, самостоятельную, игровую, продуктивную деятельность, индивидуальную работу по всем основным направлениям развития детей (познавательному, речевому, физическому, художественно-эстетическому и социально-коммуникативному).

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если занятия были связаны с долгим сидением детей. Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений.

#### **Организация дневного сна детей.**

Полноценный сон детей является одним из важнейших факторов их психофизиологического благополучия и профилактики детских неврозов.

Продолжительность дневного сна для детей 2–3 лет - минимум 3 часа в день; для детей 4–7 лет - минимум 2,5 часа в день. Во время сна присутствие воспитателя (или его помощника) обязательно.

Для обеспечения благоприятного сна детей педагоги проводят беседы о значении сна, об основных гигиенических нормах и правилах сна.

Спокойный сон ребенка обеспечивается благоприятными гигиеническими условиями его организации:

- спокойная деятельность перед сном;
- проветренное помещение спальной комнаты;
- минимум одежды на ребенке;
- чтение произведений художественной литературы перед сном или спокойная классическая музыка по выбору детей;
- постепенный подъем: предоставление полежать после пробуждения в постели несколько минут;
- «ленивая» гимнастика после сна.

<b>Продолжительность ночного сна не менее</b>	1–3 года	12 часов
	4–7 лет	11 часов
<b>Продолжительность дневного сна, не менее</b>	1–3 года	3 часа
	4–7 лет	2,5 часа

#### **Организация образовательной деятельности в режимных моментах.**

Учреждение обеспечивает получение дошкольного образования, присмотр и уход за воспитанниками в возрасте от 2-х месяцев (при организации необходимых условий) до прекращения образовательных отношений. Содержание дошкольного образования определяется образовательными программами (в том числе адаптированными программами) дошкольного образования.

Группы имеют общеразвивающую направленность и комбинированную направленность. В группах общеразвивающей направленности осуществляется реализация Основной образовательной программы дошкольного образования, в группах комбинированной направленности осуществляется реализация Основной образовательной программы дошкольного образования и Адаптированной образовательной программы.

Достижение положительных результатов зависит от правильной организации образовательного процесса. Особое внимание уделяется соблюдению гигиенических условий:

- помещение должно быть проветрено, в нем должна быть проведена влажная уборка;
- при общем нормальном освещении свет должен падать с левой стороны;
- оборудование, инструменты и материалы, их размещение должны отвечать педагогическим, гигиеническим и эстетическим требованиям.

Время, определяемое для образовательной деятельности в режимных моментах соответствует установленным нормам, используется полноценно. Большое значение имеет организация групповых и подгрупповых форм работы с детьми, с обязательным игровым привлечением детского внимания, постановкой перед детьми или творческой задачи, совместное решение о способах ее выполнения. В ходе реализации задач образовательной деятельности в режимных моментах привлекаются к активному участию в работе все дети, учитывая их индивидуальные особенности, формируются у детей навыки организационной деятельности, развивается способность оценивать и контролировать свои действия. Любая образовательная ситуация используется для развития у детей доброжелательного отношения к товарищам, выдержки, целеустремленности.

**Образовательная деятельность с использованием электронных средств обучения** проводится в возрастных группах от пяти лет и старше. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО во время образовательной деятельности составляет:

Электронное средство обучения	Возраст воспитанника	Продолжительность, мин., не более	
		На одном занятии	В день
Интерактивная доска	5-7	7	20
Интерактивная панель	5-7	5	10
Персональный компьютер, ноутбук	6-7	15	20
Планшет	6-7	10	10

Для определения продолжительности использования интерактивной доски (панели) на занятии рассчитывается суммарное время ее использования на занятии.

Для вычисления продолжительности использования ЭСО индивидуального пользования определяется непрерывная продолжительность использования их на занятии.

При использовании двух и более ЭСО суммарное время работы с ними не должно превышать максимума по одному из них.

Для детей 6-7 лет использование ноутбуков возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

**Особенности организации питания.**

Четырехразовое питание воспитанников осуществляется посредством реализации основного десятидневного меню, утвержденного руководителем.

Питание организовано в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.

В доступных для родителей местах (информационных стендах групповой ячейки) размещается следующая информация: ежедневное меню основного питания для разных возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции; рекомендации по организации здорового питания детей.

Основные принципы организации питания:

- адекватная энергетическая ценность питания;
- сбалансированность рациона;
- максимальное разнообразие блюд;
- высокая технологическая и кулинарная обработка;
- учет индивидуальных особенностей.

Все продукты поступают и принимаются в ДОО только при наличии гигиенического сертификата соответствия.

В Учреждении осуществляется работа с сотрудниками по повышению качества и, организации питания, с родителями воспитанников в целях организации рационального питания в семье, с детьми, посещающими дошкольное учреждение по формированию представлений о правильном питании и способах сохранения здоровья. Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивается ежедневное меню за время пребывания в ДОО.

В процессе организации питания решаются **задачи гигиены и правил питания:**

- мыть руки перед едой;
- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать;
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой;
- после окончания еды полоскать рот.

Для того, чтобы дети осваивали нормы этикета, стол сервируют всеми необходимыми приборами: тарелкой, чашкой, вилкой, столовой и чайной ложками. На середину стола ставятся бумажные салфетки, хлеб в хлебнице. Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Исходя из этого, предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника дошкольного учреждения.

**Особенности организации и проведения образовательной деятельности.  
Требования к организации образовательного процесса.**

Показатель	Возраст	Норматив
Начало занятий, не ранее	<b>Все возрастные группы</b>	8.00
Окончание занятий, не позднее	<b>При реализации образовательных программ дошкольного образования</b>	17.00
Перерыв между последним занятием и началом дополнительных занятий следующей смены, не менее		20 минут
Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста, не более	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 нагрузки для детей дошкольного возраста, не менее	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 минут при организации 1 занятия после дневного сна
	От 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями	Все возраста	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возраста	2-х минут

При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня динамической паузы во время образовательной деятельности, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время рисования и использования электронных средств обучения.

Воспитателю предоставляется право варьировать место образовательной деятельности в педагогическом процесс, интегрировать содержание различных видов образовательной деятельности в зависимости от поставленных целей и задач обучения и воспитания, их место в образовательном процессе.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и напряжения воспитанников, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления воспитанников рекомендуется чередовать с музыкальной деятельностью и занятиями двигательного цикла.

**Особенности организации физического воспитания.**

До занятий физической культурой допускаются обучающиеся на основании сведений, содержащихся в заключении медицинской организации,

данном по результатам проведенных профилактических медицинских осмотров обучающихся, осуществляемых в порядке, установленном законодательством Российской Федерации в сфере охраны здоровья.

Физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом группы здоровья, возраста воспитанников и времени года.

В Учреждении используются формы двигательной активности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, спортивные праздники и развлечения.

В объеме двигательной активности воспитанников 2-7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности не менее 1 часа в день с учетом психофизиологических особенностей воспитанников, времени года и режима работы Учреждения.

С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни – в групповом помещении или в физкультурном зале.

Для реализации двигательной деятельности воспитанников используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с индивидуальными и возрастными особенностями. Занятия по физической культуре для воспитанников в возрасте от 2 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста воспитанников и составляет:

- от 2 до 3 лет - 10 мин.,
- от 3 до 4 лет - 15 мин.,
- от 4 до 5 лет - 20 мин.,
- от 5 до 6 лет - 25 мин.,
- от 6 до 7 лет - 30 мин.

Для воспитанников 5-7 лет рекомендуется организовывать занятия по физическому развитию воспитанников на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зал.

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

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



### Примерный режим дня в группе детей от 5-х до 7-х лет (холодный период года)

Режим дня составлен с расчетом 10,5 часовым пребыванием ребенка в детском саду. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер).

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	8.00-8.20
Утренняя зарядка	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
<b>Утренний круг</b>	<b>9.00-9.10</b>
Занятия в игровой форме по подгруппам Перерыв между занятиями (10 минут)	9.10-9.40 (9.35) 9.50-10.20(10.15) 10.30-11.00(10.55)
Второй завтрак	11.00-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка	11.10-12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.00
Дневной сон	13.00-15.30
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.10-15.30
Игры/занятия по подгруппам	15.30-16.00
Уплотнённый полдник	16.00-16.30
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.30-16.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей Уход детей домой	16.40-18.30
<b>Теплый период года</b>	
Прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность	8.00-8.20
Утренняя зарядка на улице	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00

Самостоятельная деятельность детей	9.00-9.20
Подготовка к прогулке, закаливающие мероприятия, игры, наблюдения	9.20-12.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.30
Постепенный подъём, оздоровительные процедуры	15.10-15.30
Самостоятельная деятельность	15.30-16.00
Уплотнённый полдник	16.00-16.30
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.30-16.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.40-18.30

В течение дня следует выделять специальное время для чтения детям. Желательно читать детям ежедневно. Для детей 2-3 лет длительность чтения, с обсуждением прочитанного, составляет 10-15 минут, основной ориентир для педагога - это интерес детей.

### Примерный режим дня в группе детей от 3-х до 5-х лет (холодный период года)

Режим дня составлен с расчетом 10,5 часовым пребыванием ребенка в детском саду. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер).

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	8.00-8.20
Утренняя зарядка	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
<b>Утренний круг</b>	<b>9.00-9.10</b>
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.10-9.30 (9.25) 9.40-10.00(9.55)
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-13.00
Дневной сон	13.00-15.30
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.15-15.30
Игры/занятия по подгруппам	15.30-16.00
Подготовка к ужину, ужин	16.00-16.30
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.30-16.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей Уход детей домой	16.40-18.30
<i>Теплый период года</i>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	8.00-8.20
Утренняя зарядка	8.20-8.30

Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Самостоятельная деятельность детей	9.00-9.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20-12.10
Второй завтрак	10.00-10.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	12.10-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.30
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.10-15.30
Игры/занятия по подгруппам	15.30-16.00
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей Уход детей домой	16.30-18.30

В течение дня следует выделять специальное время для чтения детям. Желательно читать детям ежедневно. Для детей 2-3 лет длительность чтения, с обсуждением прочитанного, составляет 10-15 минут, основной ориентир для педагога - это интерес детей.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 595079120666552259363833422548667397541845386470

Владелец Бобрик Ольга Валерьевна

Действителен с 20.08.2024 по 20.08.2025