

Принято:
педагогическим советом

Протокол № 1 от «26» 08 2023 г.

Утверждаю:
заведующий МБДОУ
детского сада "Ромашка"
с.Базарные Матаки
Гайнутдинова А.Н.

Введено в действие приказом
Приказ № 40 от «26» 08 2023 г.

Режим дня
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада «Ромашка» села Базарные Матаки
Алькеевского муниципального района Республики Татарстан

на 2023-2024 учебный год



с. Базарные Матаки, 2023 г.

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

Основными компонентами режима в ДОУ являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена.

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 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 режимных моментов необходимо учитывать так же индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и т.д.).

Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОУ 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 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 физкультминуток 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 организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Требования и показатели организации образовательного процесса
(извлечения из СанПиН 1.2.3685-21 Таблицы 6,6,7)

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 после дневного сна
	от 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	Все возраста	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	Все возраста	2-хминут
<i>Показатели организации образовательного процесса</i>		
Продолжительность ночного сна не менее	1–3года 4–7лет	12 часов 11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	1–3года 4–7лет	3 часа 2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	Для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	Все возраста	1 часа в день
Утренний подъем, не ранее	Все возраста	7 ч 00 мин
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	До 7 лет	10 минут

Приложение № 10
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Режим питания в зависимости от длительности пребывания детей в ДОУ

Время приема пищи	Приемы пищи в зависимости от длительности пребывания детей	
	8–10 часов	
8.30-8.50		Завтрак
10.00-10.10		Второй завтрак
12.00-13.00		Обед
15.30		Полдник

Приложение № 12
к СанПиН2.3/2.4.3590-20

Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования
организации и режима обучения

Вид организации	Продолжительность, либо время нахождения ребенка в организации	Количество обязательных приемов пищи
ДОУ	8–10 часов	завтрак, второй завтрак, обед и полдник

Показатель	Возраст	Норматив
<i>Требования к организации образовательного процесса</i>		
Начало занятий не ранее	Все возраста	8.00
Окончание занятий, непозднее	Все возраста	17.00
Продолжительность занятия для детей	От 1,5 до 3 лет	10 минут
Дошкольного возраста, не более	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

Режим дня в группе детей от 1 года до 2-х лет

Режим дня с 10.5 часовым пребыванием детей. Холодный период

Мероприятия	Вторая группа раннего возраста (1-2 года)	Первая младшая группа (2-3года)
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	07.30-08.00 30 мин.	07.30-08.00 30 мин.
Утренняя зарядка (гимнастика)	08.00-08.10 10 мин.	08.00-08.10 10 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи.	08.10-08.50 40 мин.	08.10-08.50 40 мин.
Подготовка к занятиям	08.50-09.00 10 мин.	08.50-09.00 10 мин.
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	09.00-9.10 10 мин.	09.00-9.10 10 мин.
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09.10-09.20 10 мин.	09.10-09.20 10 мин.
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	09.20-09.30 10 мин.	09.20-09.30 10 мин.
Активное бодрствование детей (физкультурные минутки)	09.30-09.50 20 мин.	09.30-09.50 20 мин.
Второй завтрак	09.50-10.00 10 мин.	09.50-10.00 10 мин.
Прогулка - подготовка к прогулке, двигательная активность.	10.00-11.10 1 час 10 мин.	10.00-11.20 1час 20 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.		
Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры, дежурство, гигиенические процедуры после приема пищи	11.10-12.00 30 мин.	11.20-12.00 30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, подъём детей, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.30 3 часа	12.00-15.30 3 часа
Подготовка к полднику, полдник, дежурство, гигиенические процедуры после приема пиши	15.30-16.00 30 мин.	15.30-16.00 30 мин.
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	16.00-16.10 10мин.	16.00-16.10 10мин.
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	16.10-16.20 10мин.	16.10-16.20 10мин.
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	16.20-16.30 10мин.	16.20-16.30 10мин.
Активное бодрствование детей	16.30-16.40 10мин.	16.30-16.40 10мин.
Прогулка - подготовка к вечерней прогулке.	16.40-18.00	16.40-18.00
Возвращение детей домой	1час 20мин.	1час 20мин.

Режим дня с 10.5 часовым пребыванием детей. Тёплый период

Мероприятия	Вторая группа раннего возраста (1-2 года)	Первая младшая группа (2-3года)
Прием детей на свежем воздухе (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры, возвращение с прогулки	07.30-08.00 30 мин.	07.30-08.00 30 мин.
Утренняя зарядка (гимнастика),	08.00-08.10 10 мин.	08.00-08.10 10 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная деятельность детей	08.10-09.00 50 мин.	08.10-09.00 50 мин.
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	09.00-09.10 10 мин.	09.00-09.10 10 мин.
Активное бодрствование детей	09.10-09.20 10 мин.	09.10-09.20 10 мин.
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	09.20-09.30 10 мин.	09.20-09.30 10 мин.
Самостоятельная деятельность детей, игры	09.30-10.00 30мин.	09.30-10.00 30мин.
Второй завтрак	10.00-10.10 10мин.	10.00-10.10 10мин.
Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдение, беседы, художественное слово, игры, самостоятельная игровая деятельность)	10.10-11.10 1 ч.	10.10-11.10 1 ч.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.10-11.30 20мин.	11.10-11.30 20мин.
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00 30мин.	11.30-12.00 30мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.00 3 ч.	12.00-15.00 3 ч.
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30 30 мин.	15.00-15.30 30 мин.
Игры, самостоятельная деятельность, общение, чтение	15.30-16.30 1 ч.	15.30-16.30 1 ч.
Подготовка к вечерней прогулке. Прогулка (наблюдение, беседы, художественное слово, труд, игры, самостоятельная игровая деятельность).	16.30-18.00 30мин.	16.30-18.00 30мин.
Возвращение детей домой		

Режим дня в дошкольных группах

Режим дня с 10.5 часовым пребыванием детей. Холодный период

Мероприятия	2 младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовитель ная к школе группа (6-7 лет)
Приём детей: беседы, игры, утренняя прогулка, термометрия, самостоятельная деятельность.	07.30-08.00 30 мин.	07.30-08.00 30 мин.	07.30-08.10 40 мин.	07.30-08.20 50 мин.
Утренняя гимнастика	08.00-08.10 10 мин.	08.00-08.10 10 мин.	08.10-08.20 10 мин.	08.20-08.30 10 мин.
Игровая самостоятельная деятельность	08.10-08.25 15 мин.	08.10-08.30 20 мин.	08.20-08.30 10 мин.	-
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи.	08.25-08.50 25 мин.	08.30-08.50 20 мин.	08.30-08.50 20 мин.	08.30-08.50 20 мин.
Подготовка к занятиям	08.50-09.00 10 мин.	08.50-09.00 10 мин.	08.50-09.00 10 мин.	08.50-09.00 10 мин.
1- занятие	09.00-09.15 15 мин.	09.00-09.20 20 мин.	09.00-09.25 25 мин.	09.00-09.30 30 мин.
Физкультурные минутки (перерыв)	09.15-09.25 10 мин.	09.20-09.30 10 мин.	09.25-9.35 10 мин.	09.30-09.40 10 мин.
2 - занятие	09.25-09.40 15 мин.	09.30-09.50 20 мин.	09.35-10.00 25 мин.	09.40-10.10 30 мин.
Физкультурные минутки (перерыв)	9.40-10.00 20 мин.	9.50-10.00 10 мин.	-	-
Второй завтрак	10.00-10.10 10 мин.	10.00-10.10 10 мин.	10.00-10.10 10 мин.	10.10-10.20 10 мин.
З-занятие	-	-	10.10-10.35 25 мин.	10.20-10.50 30 мин.
Прогулка - подготовка к прогулке, двигательная активность. Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10.10-12.20 2 часа 10 мин.	10.10-12.30 2 час 20 мин.	10.35-12.30 2 час 25 мин.	10.50-12.45 1 час 55мин.
Обед - подготовка к обеду, гигиенические процедуры, дежурство, гигиенические процедуры после приема пищи	12.20-12.50 30 мин.	12.30-13.00 30 мин.	12.30-13.10 40мин.	12.45-13.15 30 мин.
Дневной сон - подготовка ко сну, постепенное пробуждение, гимнастика оздоровительные и гигиенические процедуры	12.50-15.25 2 часа 35мин.	13.00-15.20 2 часа 20мин.	13.10-15.25 2 часа 15 мин.	13.15-15.25 2 часа 10 мин.
Полдник - подготовка к полднику, дежурство, гигиенические процедуры после приема пищи	15.25-15.55 30мин.	15.20-15.40 20мин.	15.25-15.40 15мин.	15.25-15.40 15мин.
I занятие	-	15.40-16.00 20мин. (понедельник)	15.40-16.05 25мин. (пятница)	15.40-16.10 30мин. (понедельник)
Чтение художественной литературы, общение, деятельность с детьми, игры, обучение в режимных моментах	15.55-16.30 35 мин.	16.00-16.30 30мин.	16.05-16.30 25мин.	16.10-16.40 30мин.
Прогулка - подготовка к вечерней прогулке. Возвращение детей домой	16.30-18.00 1 час 30мин.	16.30-18.00 1 час 30мин.	16.30-18.00 1 час 30мин.	16.40-18.00 1 час 40мин.

Режим дня с 10.5 часовым пребыванием детей. Тёплый период

Мероприятия	2 младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная к школе группа (6-7 лет)
Приём детей: утренняя прогулка беседы, игры, термометрия, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность.	07.30-08.00 30 мин.	07.30-08.00 30 мин.	07.30-08.10 40 мин.	07.30-08.20 50 мин.
Утренняя гимнастика	08.00-08.10 10 мин.	08.00-08.10 10 мин.	08.10-08.20 10 мин.	08.20-08.30 10 мин.
Игровая самостоятельная деятельность	08.00-08.25 25мин.	08.10-08.30 20мин.	08.20-08.30 10мин.	-
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	08.25-08.50 25 мин.	08.30-08.50 20 мин.	08.30-08.50 20 мин.	08.30-08.50 20 мин.
Гигиенические процедуры. Подготовка к занятиям	08.50-09.00 10 мин.	08.50-09.00 10 мин.	08.50-09.00 10 мин.	08.50-09.00 10 мин.
1 - занятие	09.00-09.15 15 мин.	09.00-09.20 20 мин.	09.00-09.25 25 мин.	09.00-09.30 30 мин.
Самостоятельная деятельность детей	09.15-09.25 10 мин.	09.20-09.30 10 мин.	09.25-09.35 10 мин.	09.30-09.40 10 мин.
2-занятие	09.25-09.40 15мин.	09.30-09.50 20мин.	09.35-10.00 25мин.	09.40-10.10 30мин.
Второй завтрак	10.00-10.10 10 мин.	10.00-10.10 10 мин.	10.00-10.10 10 мин.	10.10-10.20 10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, беседы, художественное слово, труд, игры, самостоятельная игровая деятельность)	10.10-11.40 1час 30 мин.	10.10-12.00 1 час 50 мин.	10.35-12.10 1час 35 мин.	10.50-12.20 1час 30мин.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.40-11.50 10мин.	12.00-12.10 10мин.	12.10-12.20 10мин.	12.20-12.30 10мин.
Подготовка к обеду, дежурство, обед	11.50-12.20 30мин.	12.10-12.40 30мин.	12.20-12.50 30мин.	12.30-12.50 20мин.
Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну	12.20-12.30 10мин.	12.40-12.50 10мин.	12.50-13.00 10мин.	12.50-13.00 10мин.
Дневной сон	12.30-15.00 2 часа 30мин.	12.50-15.00 2 часа 10мин.	13.00-15.00 2 часа	13.00-15.00 2 часа
Подъём детей, гимнастика пробуждения, воздушные и водные процедуры	15.00-15.25 25мин.	15.00-15.20 20мин.	15.00-15.20 20мин.	15.00-15.15 15мин.
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.25-15.55 30мин.	15.20-15.40 20мин.	15.20-15.40 20мин.	15.15-15.30 15мин.
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность, общение, обучение в режимных моментах, чтение художественной литературы	15.55-16.30 35 мин.	15.40-16.30 50мин.	15.40-16.30 50 мин.	15.30-16.30 1час.
Подготовка к вечерней прогулке. Прогулка (наблюдение, беседы, художественное слово, труд, игры, самостоятельная игровая деятельность). Возвращение детей домой	16.30-18.00 1час 30мин.	16.30-18.00 1час 30мин.	16.30-18.00 1час 30мин.	16.30-18.00 1час 30мин.

Лист согласования к документу № 7 от 04.12.2023
Инициатор согласования: Гайнутдинова А.Н. Заведующий
Согласование инициировано: 04.12.2023 14:30

Лист согласования				Тип согласования: последовательное
Nº	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Гайнутдинова А.Н.		Подписано 04.12.2023 - 14:30	-