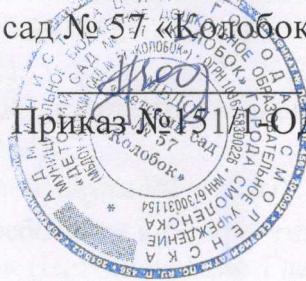


Принято  
педагогическим советом  
Протокол № 4 от «30» мая 2024 г.

Утверждено  
Заведующий МБДОУ «Детский  
сад № 57 «Колобок»  
Копылова В.Б.  
Приказ № 131/ОД от 29.08.2024 г.



**Режим дня  
на 2024 – 2025 учебный год  
МБДОУ № 57 «Колобок»**

**Пояснительная записка**  
**к режиму дня на 2024-2025 учебный год**

Режим дня разработан согласно нормативно-правовой базе:

- Закон РФ №273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 14.07.2022);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Зарегистрирован в Минюсте РФ 14 ноября 2013 года № 30384);
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 (ред. от 21.01.2019) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384);
- Комментарий к ФГОС дошкольного образования Минобрнауки РФ от 28.02.2014 №08-249;
- 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 Российской Федерации от 28.01.2021 №2);
- СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28. 09.2020 г. №28);
- Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований к организациям, реализующим образовательные программы дошкольного образования, осуществляющим присмотр и уход за детьми, в том числе размещенным в жилых и нежилых помещениях жилищного фонда и нежилых зданий, а также детским центрам, центрам развития детей и иным хозяйствующим субъектам, реализующим образовательные программы дошкольного образования и (или) осуществляющим присмотр и уход за детьми, размещенным в нежилых помещениях методические рекомендации МР 2.4.0259-21 (утвержденные Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, главный государственный санитарный Российской Федерации А.Ю. Поповой 28 сентября 2021 г.);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
- Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
- Письмо Минобрнауки России от 07.06.2013 г. № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей».

**А также с учетом:**

- Устава МБДОУ №57 «Колобок»;
- Образовательной программы дошкольного образования МБДОУ № 57 «Колобок» (разработанной с учётом ФОП и ФГОС ДО).

Ежедневная организация жизни и деятельности детей осуществляется в зависимости от их возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей. Воспитательно-образовательный процесс в МБДОУ № 57 «Колобок» реализуется в режиме пятидневной недели. Длительность пребывания детей в ДОО 12 часов с 7.00 до 19.00.

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим.

Основные компоненты режима: дневной сон, бодрствование (игры, трудовая и другие виды детской деятельности, совместная и самостоятельная деятельность), прием пищи, время прогулок.

*Основные принципы построения режима дня:*

- 1) режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
- 2) соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника.

Для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

Режим дня носит гибкий характер, то есть в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья, а также по мере совершенствования и формирования у детей навыков и умений.

В режиме дня выделено время на однократный дневной сон. Он длится не менее 3-х часов для детей 1–3 лет, не менее 2,5 часов – для детей 4–7 лет (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21).

Перед сном не планируются подвижные эмоциональные игры. Дети с трудным засыпанием и чутким сном укладываются первыми и поднимаются последними.

При 12-часовом пребывании детей предусмотрено выполнение пятиразового питания, а именно – завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин с соблюдением полной калорийности. Время между основными приемами пищи составляет не более 3,5 часов.

Продолжительность прогулок для всех возрастных групп составляет не менее 3-х часов в день (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21). Если температура воздуха ниже – 15 °С, а скорость ветра более 7 м/с, продолжительность прогулок возможно сократить.

При проведении режимных процессов в ДОО соблюдаются следующие задачи:

- 1) полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, в питании);
- 2) тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- 3) привлечение детей к посильному участию в режимных процессах;
- 4) поощрение самостоятельности и активности;
- 5) формирование культурно-гигиенических навыков;
- 6) эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- 7) учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.

### Режим

(холодный период)

Режимные моменты	Время основных режимных моментов режима дня в группах				
	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительные к школе группы
Утренний прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00- 8.20	7.00-8.25	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40	8.20-8.50	8.25-8.55	8.25-8.50	8.25-8.50
Игры, подготовка к ООД	8.40-9.00	8.50-9.00	8.55-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00
Образовательная деятельность (Перерыв -10 мин)	9.00-9.40	9.00-9.40	9.10-10.00	9.00-10.00	9.00-10.10
II завтрак	9.40-9.55	9.40-9.50	10.00-10.10	10.00-10.10	10.10-10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.55 -11.20	9.50 -11.50	10.10 - 12.10	10.10-12.15	10.20-12.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.20-11.35	11.50-12.10	12.10-12.20	12.15-12.25	12.20-12.30
Обед	11.35-12.05	12.10-12.40	12.20-12.50	12.25-12.55	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.05-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	12.55-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.15-15.30	15.15-15.30
Дополнительное образование, самостоятельная деятельность детей	15.40-15.55	15.40-16.00	15.40-16.00	15.30-15.55	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	15.55-16.55	16.00-16.50	16.00-17.20	15.55-17.25	16.00-17.30
Возвращение с прогулки, игры	16.55-17.10	16.50-17.10	17.20-17.40	17.25-17.45	17.30-17.50
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.40	17.10-17.50	17.40-18.10	17.45-18.15	17.50-18.20

игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой	17.40-19.00	17.50-19.00	18.10-19.00	18.15-19.00	18.20-19.00
--	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------

**СООТВЕТСТВИЕ НОРМАМ СанПиН**

Режимные моменты	Продолжительность режимных моментов				
	Первая младшая группа	Вторая младшая	Средняя	Старшая	Подготовительные к школе группы
Прогулка	3,5 часа	4 часа	4 часа	4 часа	4 часа
Дневной сон	2ч.40м.	2ч.20м.	2 ч. 10 м.	2 ч. 05 м.	2 часа
Образовательная деятельность (в день)	20 мин	30 мин	40 мин	75 мин	90 мин
Количество приемов пищи	5	5	5	5	5