

Принят на заседании
педагогического совета №1
МАДОУ № 49 от 02.09.2025 г.

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №49
_____ / Е.В.Кошкарева

Режим дня и распорядок МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №49»

Дошкольное образовательное учреждение функционирует в режиме:

полного дня (12-часового пребывания)

пятидневная рабочая неделя;

часы работы – с 07.30 до 19.30;

выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

– Правильно построенный режим дня предполагает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна в течение суток, целесообразно сочетание различных видов деятельности и отдыха в процессе бодрствования.

– Режим способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия для своевременного развития, формирует способность к адаптации к новым условиям.

– Все возрастные группы работают по двум временным (сезонным) режимам: на теплый и холодный периоды года.

– Для воспитанников, вновь поступающих в детский сад, предполагается режим постепенного вхождения в группу, а также организован консультационный пункт в течение года с проведением мероприятий для будущих воспитанников.

– На период карантинных мероприятий предполагаются режимы карантина по показаниям врача или старшей медицинской сестры.

– В период летнего оздоровительного периода в МАДОУ действует оздоровительный режим, предполагающий увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе.

– Ежедневно в летний период и в остальное время года при позволяющих погодных условиях прием детей осуществляется на свежем воздухе.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

– построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;

– решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках основной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Основные принципы построения режима дня:

– режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в

– дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;

– режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника (в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня);

– организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года, контроль за выполнением режима дня в МАДОУ осуществляет зам.зав. по ВМР.

Организация сна

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа. По гигиеническим нормативам дети в возрасте от одного года до трех лет должны спать днем 3 часа, а дети четырех – семи лет – 2,5 часа (СанПиН 1.2.3685-21). Перед сном подвижные эмоциональные игры не проводятся.

При организации сна учитываются следующие правила:

—В момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.

—Спальню (помещение) перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов.

—Допускаются такие граничные показатели: спальная варьируется в рамках 18-22, но лучше всего – 22 градуса. Игровая: в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса.

—Во время сна детей присутствие воспитателя (или младшего воспитателя) в помещении обязательно.

—Не допускается хранение в местах нахождения воспитанников лекарств и дезинфицирующих растворов.

—Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

Организация прогулки

В соответствии с требованиями СанПиН (1.2.3685-21) ежедневная продолжительность прогулки детей в ДОУ составляет около 3-4 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна и (или) перед уходом детей домой. На утреннюю прогулку отводится больше времени – 2 часа, на вечернюю прогулку меньше – 1 час.

Утренний прием детей ежедневно летом и при теплых погодных условиях в течение года осуществляется на свежем воздухе. При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

При сильном ветре и неблагоприятных условиях прогулка сокращается. Если на улице днем больше 28–30 °С, прогулка сдвигается на более раннее время, чтобы в самую жару уйти в помещение.

Температурный режим

Контроль за формированием комфортных условий для отдыха и развития детей ложится на плечи воспитателей, которые должны следить за надлежащим проведением уборок и подготовкой игровых и спальных к приему детей. Так, кроме соблюдения температурного режима, обязательно контролировать влажность воздуха и проветривание помещений.

По СанПин проветриванию подлежат все комнаты, в которых играют, занимаются или отдыхают малыши. И проводится процедура согласно таким нормам:

- минимум два раза в день по максимум 30 минут с формированием сквозняка, но при отсутствии детей;

- заканчивается за полчаса до прихода воспитанников;

- одностороннее в присутствии малышей и только в жаркую, сухую погоду.

Влажность воздуха в комнатах детского сада не должна подниматься выше 60% и не может быть ниже 40. Что касается температуры, то допускаются такие граничные показатели:

- игровая в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса;

- спальная варьируется в рамках 18-22, но лучше всего – 22.

Допускается небольшое отклонение от фиксированных нормативов, но только в сторону уменьшения показателей. Превышение максимально допустимых цифр – строго запрещено.

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

Режим дня может меняться в зависимости от направленности групп, возрастной категории детей.

При составлении режима дня (*теплый, холодный периоды года*) учитывается:

—Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», СанПиН 1.2.3685-21.

—Примерный режим дня общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией М.Е.Вераксы.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Детский сад комбинированного вида №49»

Принят на заседании
педагогического совета №1
МАДОУ № 49 от 02.09.2025 г.

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №49
_____ / Е.В.Кошкарева

**Режим дня и распорядок МАДОУ
«Детский сад комбинированного вида №49»**

Г.Хабаровск

Распорядок (режим) дня
(Холодный период года)

<i>Режимные моменты</i>	1,6 – 3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.00	7.30-8.20	7.30-8.20	7.30-8.25	7.30-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.20-8.50	8.20-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.30-9.10 по подгруппам	8.50-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность(игры-занятия)	9.10-9.30 по подгруппам	9.10-9.55	9.00-9.50	9.00-10.30	9.00-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30-11.30	10.10-12.05	10.00-12.00	10.40-12.30	10.55-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-11.55	12.05-12.20	12.15-12.30	12.30-12.40	12.40-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	11.55-15.00	12.20-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.25	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.40	15.25-15.40
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.25-16.15	15.50-16.20	15.50-16.30	15.40-16.30	15.40-16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.15-17.00	16.20-17.10	16.30-17.20	16.30-17.25	16.40-17.30
Возвращение с прогулки.. Подготовка к ужину. Ужин	17.10-17.25	17.20-17.40	17.25-17.45	17.30-17.50	17.30-17.50
Игры, совместная и организованная деятельность детей. Уход детей домой.	17.25-19.30	17.40-19.30	17.45-19.30	17.50-19.30	17.50-19.30

Теплый период года

<i>Режимные моменты</i>	1,5 – 3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Прием детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.15	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.40	7.30- 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.40	8.30-8.50	8.30-8.40	8.40-9.00	8.40-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40-9.10	8.50-9.20	8.40-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20
Второй завтрак	9.10-9.20	9.20-9.30	9.20-9.30	9.20-9.30	9.20-9.30
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20-11.20	9.30-11.45	9.30-11.55	9.30-12.05	9.30-12.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.20-11.30	11.45-11.55	11.55-12.05	12.05-12.15	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-11.50	11.55-12.15	12.05-12.30	12.15-12.40	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00	12.15-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.15-16.15	15.15-16.20	15.15-16.20	15.15-16.25	15.15-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.15-17.00	16.20-17.10	16.30-17.20	16.30-17.25	16.40-17.30
Возвращение с прогулки.. Подготовка к ужину. Ужин	17.10-17.25	17.20-17.30	17.25-17.40	17.30-17.40	17.25-17.45
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.25-19.30	17.30-19.30	17.40-19.30	17.40-19.30	17.45-19.30