**Управление дошкольного образования администрации муниципального
образования городского округа «Сыктывкар»**

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №112» г. Сыктывкара**

Принято:
педагогическим советом
от 31 августа 2022 г.
Протокол №1

Утверждаю:
Директор МАДОУ №112
_____ Е.Г. Целищева
приказ № 32-п от «31»08.2022 г.

**Режим дня и распорядок
МАДОУ «ЦРР – детский сад № 112» г. Сыктывкара**

**Дошкольное образовательное учреждение МАДОУ «ЦРР - Детский сад № 112»
функционирует в режиме:**

- полного дня (12-часового пребывания)
- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы – с 07.00 до 19.00;
- 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 МДОУ 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 организации 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 МДОУ осуществляет медицинская сестра.

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.

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°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°С 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.

Распорядок (режим) дня

Холодный период года

Режимные моменты	Гр раннего возраста 1 – 3 года	Мл. группа 3 – 4 года	Средняя группа 4 – 5 лет	Старшая группа 5 – 6 лет	Подготовит группа 6 – 7 лет
Прием детей, игры, наблюдения	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30	8.20 – 8.40	8.30 – 8.45	8.20 – 8.45
Самостоятельная деятельность, игры/Подготовка к НОД	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.40 – 9.00	8.45 - 9.00	8.45 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.10 (1 группа) 9.20 – 9.30 (2 группа)	9.00 - 9.15 9.25 – 9.40	9.00 – 9.20 9.30 - 9.50	9.00 – 9.25 9.35 – 10.00 10.10 - 10.35	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50
Второй завтрак	9.30 – 9.40	9.40 – 9.50	9.50 – 10.00	10.35 – 10.45	10.50 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40 – 11.10	9.50 – 11.20	10.00 – 11.45	10.45 – 12.10	11.00 – 12.15
Возвращение с прогулки	11.10 – 11.30	11.20 – 11.35	11.45 – 12.00	12.10 – 12.20	12.15 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 11.50	11.35 – 12.05	12.00 – 12.30	12.20 – 12.50	12.30 – 13.00

Подготовка ко сну, сон	11.50 – 15.00	12.05 – 15.00	12.30 – 15.00	12.50 – 15.00	13.00 – 15.00
Подъем, закаливание, гимнастика после сна	15.00 – 15.15	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.25 – 15.40	15.25 – 15.35
НОД, игры, кружки, совместная деятельность	15.30 – 16.15	15.30 – 16.30	15.30 – 16.30	15.40 – 16.30	15.35 – 16.30
Прогулка /Досуг, совместная деятельность.	16.15 – 17.00	16.30 – 17.10	16.30 – 17.15	16.30 – 17.20	16.30 – 17.25
Подготовка к ужину, ужин	17.00 – 17.20	17.10 – 17.30	17.15 – 17.35	17.20 – 17.40	17.25 – 17.45
Самостоятельная деятельность, игры	17.20 – 18.00	17.30 – 18.00	17.35 – 18.00	17.40 – 18.00	17.45 – 18.00
Прогулка, игры, уход детей домой	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00

Теплый период года

Режимные моменты	Гр раннего возраста 1 – 3 года	Мл. группа 3 – 4 года	Средняя группа 4 – 5 лет	Старшая группа 5 – 6 лет	Подготовит группа 6 – 7 лет
Прием детей на улице, игры, наблюдения	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30	8.20 – 8.40	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 - 9.00	8.50 – 9.00
Организованная деятельность детей	9.00 – 9.30	9.00 - 9.30	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00 - 10.00
Второй завтрак	9.30 – 9.40	9.30 – 9.40	9.40 – 9.50	9.50 – 10.00	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40 – 11.10	9.40 – 11.15	9.50 – 11.30	10.00 – 11.45	10.10 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	11.10 – 11.30	11.15 – 11.40	11.30 – 11.50	11.45 12.15	11.50 – 12.10
Подготовка ко сну, сон	11.30 – 15.00	11.40 – 15.00	11.50 – 15.00	12.15 – 15.00	12.10 – 15.00
Подъем, закаливание, гимнастика после сна	15.00 – 15.15	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35
Прогулка Совместная деятельность.	15.30 – 17.00	15.30 – 17.10	15.30 – 17.15	15.35 – 17.20	15.35 – 17.25
Подготовка к ужину, ужин	17.00 – 17.20	17.10 – 17.30	17.15 – 17.35	17.20 – 17.40	17.25 – 17.45
Прогулка, Самостоятельная деятельность, Уход детей домой	17.20 – 19.00	17.30 – 19.00	17.35 – 19.00	17.40 – 19.00	17.45 – 19.00