

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Малыш» с. Курское
Белогорского района Республики Крым**

ПРИНЯТ:

Педагогическим советом
МБДОУ д/с «Малыш» с. Курское
Белогорского района
Республики Крым
Протокол №1 от 29.08.2024 г

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с «Малыш»
с.Курское



Белогорского района
Республики Крым
Никитина М.А.
Приказ № 128 от 30.08.2024 г.

**Режим занятий воспитанников
Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения детский сад «Малыш»
с. Курское Белогорского района Республики Крым**

с. Курское, 2024

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Малыш» с. Курское
Белогорского района Республики Крым**

ПРИНЯТ: Педагогическим советом МБДОУ д/с «Малыш» с. Курское Белогорского района Республики Крым Протокол №1 от 29.08.2024 г	УТВЕРЖДАЮ: Заведующий МБДОУ д/с «Малыш» с.Курское Белогорского района Республики Крым _____ Никитина М.А. Приказ № 128 от 30.08.2024 г.
---	--

**Режим занятий воспитанников
Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения детский сад «Малыш»
с. Курское Белогорского района Республики Крым**

с. Курское, 2024

**Режим занятий воспитанников
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад «Малыш» с. Курское Белогорского района Республики Крым**

1. Общие положения

1.1. Режим занятий воспитанников МБДОУ детский сад «Малыш» с. Курское Белогорского района Республики Крым (далее – детский сад) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28, СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2, приказом Минобрнауки от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», уставом детского сада, условиями реализации программы ДОО, потребностями участников образовательных отношений.

1.2. Образовательные программы дошкольного образования реализуются в детском саду в соответствии с расписанием образовательной деятельности, с учетом режима работы детского сада и групп, а также режима дня, соответствующего анатомическим и физиологическим особенностям каждой возрастной группы.

1.3. Режим занятий устанавливает продолжительность образовательной нагрузки в течение одного занятия и одного дня, особенности организации занятий с применением электронных средств обучения и занятий по физическому воспитанию.

1.4. Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

1.5. Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

1.6. Дети, соблюдающие режим дня, более уравновешены и работоспособны, у них постепенно вырабатываются определенные биоритмы, система условных рефлексов, что помогает организму ребенка физиологически переключаться между теми или иными видами деятельности, своевременно подготавливаться к каждому этапу: приему пищи, прогулке, занятиям, отдыху. Нарушение режима отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.

1.7. Приучать детей выполнять режим дня необходимо с раннего возраста, когда легче всего вырабатывается привычка к организованности и порядку, активной деятельности и правильному отдыху с максимальным проведением его на свежем воздухе. Делать это необходимо постепенно, последовательно и ежедневно.

1.8. Режим дня гибкий, однако неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

1.9. При организации режима наблюдается оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточная двигательную активность ребенка в течение дня, обеспечивается сочетание умственной и физической нагрузки. Время образовательной

деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствует требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

1.10. 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 СанПиН 1.2.3685-21 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 учитываются также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

1.11. Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОО и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОО корректирует режим дня в зависимости от типа организации, вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

1.12. Режим занятий воспитанников разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28, СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2, приказом Минобрнауки от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», уставом детского сада.

1.13. В распорядке учтены требования к длительности режимных процессов (сна, образовательной деятельности, прогулки), количеству, времени проведения и длительности обязательных приемов пищи (завтрака, второго завтрака, обеда, полдника). Образовательная программа дошкольного образования реализуется в детском саду в соответствии с расписанием образовательной деятельности, с учетом режима работы детского сада и групп, а также режима дня, соответствующего анатомическим и физиологическим особенностям каждой возрастной группы. Режим занятий устанавливает продолжительность образовательной нагрузки в течение одного занятия и одного дня, особенности организации занятий с применением электронных средств обучения и занятий по физическому воспитанию.

2. Режим работы детского сада и групп

2.1. Режим работы детского сада: пятидневная рабочая неделя. Выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни.

2.2. Дошкольные группы в детском саду функционируют в режиме:

- полного дня (9-часового пребывания) – с 7 ч 30 мин. до 16 ч 30 мин.;

3. Режим занятий воспитанников

3.1. Образовательная программа дошкольного образования реализуется в группах, функционирующих в режиме не менее 3 часов в день. Образовательная программа дошкольного образования может реализовываться в течение всего времени пребывания воспитанника в детском саду.

3.2. Продолжительность одного образовательного занятия составляет не более:

- 15 минут – для детей от трех до четырех лет;
- 20 мин. – для детей от четырех до пяти лет;
- 25 мин. – для детей от пяти до шести лет;
- 30 мин. – для детей от шести до семи лет;

3.3. Продолжительность суммарной образовательной нагрузки в течение дня составляет не более:

- 30 мин. – для детей от трех до четырех лет;
- 40 мин. – для детей от четырех до пяти лет;
- 75 мин. – для детей от пяти до шести лет;
- 90 мин. – для детей от шести до семи лет.

3.4. Занятия для всех возрастных групп начинаются не ранее 9.00 и заканчиваются не позже 16.00.

3.5. Во время занятий воспитатели проводят соответствующие физические упражнения.

3.6. Перерывы между занятиями составляют не менее 10 мин.

4. Режим занятий с применением электронных средств обучения

4.1. Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от пяти лет и старше.

4.2. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях составляет:

Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях

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

4.3. Для воспитанников 5-7 лет продолжительность непрерывного использования:

- экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками, составляет 5–7 минут;
- наушников составляет не более часа. Уровень громкости устанавливается до 60 процентов от максимальной.

Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз.

5. Распорядок дня разновозрастных групп в холодный период

**Распорядок дня
разновозрастной группы 1 (младшая-средняя) в холодный период**

Режимный процесс	
Прием, осмотр детей. Игры. Ежедневная утренняя гимнастика.	07.30 – 08.15
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку.	08.15 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Игры. Самостоятельная деятельность	09.00 - 09.10
Непосредственно образовательная деятельность (включая перерывы)	09.10 – 09.30 09.40 – 10.00
Игры. Самостоятельная деятельность	10.00 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.45
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.45 – 12.00
Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед.	12.00 – 12.45
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.45 – 15.15
Постепенный подъем. Воздушные, водные процедуры.	15.15 – 15.30.
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 15.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	15.40- 16.30

**Распорядок дня разновозрастной группы 2 (старшая-подготовительная)
в холодный период**

Режимный процесс	
Прием, осмотр детей. Игры. Ежедневная утренняя гимнастика.	07.30 – 08.15
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку.	08.15 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность (включая перерывы)	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00 10.10 – 10.35
Второй завтрак	10.35 – 10.50
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.50 – 12.00
Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед.	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13.00 – 15.15
Постепенный подъем. Воздушные, водные процедуры.	15.15 – 15.30.
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 15.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	15.40 – 16.30

6. Распорядок дня разновозрастных групп в теплый период

**Распорядок дня разновозрастной группы 1 (младшая-средняя) в теплый период
(лето)**

Режимный процесс	
Прием, осмотр детей. Игры. Ежедневная утренняя гимнастика.	07.30 – 08.15
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку.	08.15 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Образовательная деятельность (беседы, наблюдения, мероприятия). Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность.	09.00 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.45

Прогулка (игры, наблюдения, труд). Самостоятельная деятельность.	10.45 – 12.00
Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед.	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13.00 – 15.15
Постепенный подъем. Воздушные, водные процедуры.	15.15 – 15.30.
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 15.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	15.40 – 16.30

Распорядок дня разновозрастной группы 2 (старшая-подготовительная) в теплый период (лето)

Режимный процесс	
Прием, осмотр детей. Игры. Ежедневная утренняя гимнастика.	07.30 – 08.15
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку.	08.15 – 08.30
Завтрак	08.30 – 08.45
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Образовательная деятельность (беседы, наблюдения, мероприятия). Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность.	08.45 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Прогулка (игры, наблюдения, труд). Самостоятельная деятельность.	10.40 – 12.00
Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед.	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13.00 – 15.15
Постепенный подъем. Воздушные, водные процедуры.	15.15 – 15.30.
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 15.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	15.40 – 16.30

7. Адаптационный режим

Дети, поступающие в МБДОУ детский сад «Малыш», проходят адаптационный период, во время которого у детей специальный адаптационный режим:

Первая неделя. Ребенок находится в детском саду 2—3 ч (8:00— 10:00-11:00).

Цели: установить индивидуальный эмоциональный контакт с ребёнком, заложить основы доброжелательного его отношения к сверстникам, закрепить умение ориентироваться в помещениях группы, находить предметы личного пользования (с помощью взрослого, опираясь на индивидуальную картинку) способствовать развитию игры «рядом»;

Вторая неделя. Посещение ребенком «Детского сада № 20 «Жар-птица» в первую половину дня (7:30— 12:00). К концу недели ребенок по желанию остается на дневной сон.

Цели: приучать ребенка к приему пищи в детском саду (привыкание к новому ассортименту блюд, их вкусовым качествам; учить слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу; формировать у детей навыки самообслуживания, побуждать к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого, к самостоятельным действиям в группе.

Третья неделя. Большинство детей остаются на дневной сон. С тяжелой степенью адаптации посещение в первую половину дня (7:30— 12:00). 1

Цели: продолжать приучать ребенка к приему пищи, привлекать к совместным играм, учить слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу; продолжать формировать у детей навыки самообслуживания, побуждать к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого. Ч

Четвертая неделя. Дети посещают детский сад в течение всего дня.

Цели: организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психический комфорт; развивать уверенность ребенка в себе и своих возможностях, пробуждать активность, самостоятельность, инициативу; развивать чувство сопереживания, желание помочь и утешить вновь прибывших детей, установить незыблемые правила общежития; подготовить ребенка к расширению круга общения с другими сотрудниками со старшими детьми, поощрять культурно-гигиенические навыки.

8. Индивидуальный режим (для вновь поступающих детей)

Индивидуальный режим (для вновь поступающих детей)

Режимные моменты	Рекомендации
Прием, знакомство с ребенком, родителями	Познакомить с детьми, показать все помещения группы, объяснить их назначение. Рассказать о жизни группы
Утренняя гимнастика	Предложить понаблюдать, при желании поучаствовать.
Подготовка к завтраку, завтрак	Показать полотенце, понаблюдать, как моет руки, положительно оценить. Показать место за столом. Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми принадлежностями. Не принуждать к еде.
Занятия (по подгруппам)	Объяснить, чем будут заниматься. Предложить понаблюдать, при желании – поучаствовать. Положительно оценить.
Подготовка к прогулке	Напомнить всем последовательность одевания. При необходимости – оказать помощь.
Прогулка	Познакомить с участком группы, соседями, правилами поведения на прогулке. Привлечь к играм. Возвращение с прогулки.
Гигиенические процедуры.	Помочь раздеться. Напомнить всем последовательность умывания.
Обед	Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми приборами. Не принуждать к еде.
Дневной сон	Показать кровать. Понаблюдать, как дети раздеваются, уложить в числе последних. Наблюдение за сном.
Закаливающие мероприятия после сна.	Бодрящая гимнастика. Предложить понаблюдать, при желании – принять участие.
Полдник	Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми приборами. Не принуждать к еде.
Чтение художественной литературы	Предложить присоединиться к детям. При отказе – выбрать себе другой вид деятельности. Не принуждать.
Самостоятельная деятельность	Помочь в выборе деятельности. Оказать помощь.
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Следить за соблюдением правил поведения на прогулке. Привлечь к играм
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	Помочь в выборе деятельности. Оказать помощь.
Уход домой	Положительная оценка пребывания в детском саду. Пожелание

	встречи на следующий день
--	---------------------------

9. Щадящий режим дня (для детей после болезни, ослабленных детей)

Щадящий режим дня (для детей после болезни, ослабленных детей)	
Режимные моменты	Рекомендации
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	Ограничить двигательную деятельность за счет индивидуальных бесед, спокойных игр. Во время утренней гимнастики исключить бег, прыжки (заменить ходьбой).
Подготовка к завтраку, завтрак	Мытье рук теплой водой
Занятия (по подгруппам)	Уменьшить интеллектуальную нагрузку. Во время занятий физической культурой исключить бег, прыжки, уменьшить физическую нагрузку на 50%
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым
Прогулка	Уменьшить двигательную активность за счет спокойных игр, индивидуальных занятий.
Гигиенические процедуры после прогулки	Умывание и мытье рук под наблюдением теплой водой.
Обед	Усадить за стол первым. Полоскание рта теплой водой.
Дневной сон	Укладывать первым, поднимать последним.
Закаливающие мероприятия после сна	Исключить на 2 недели.
Бодрящая гимнастика	Исключить на 1 неделю.
Полдник	Мытье рук теплой водой.
Самостоятельная деятельность	Ограничить двигательную активность за счет игр малой подвижности, развивающих, театрализованных, сюжетно-ролевых, дидактических игр.
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Уменьшить двигательную активность за счет спокойных игр, индивидуальных занятий
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	Ограничить двигательную деятельность за счет индивидуальных бесед, спокойных игр.

10. Организация работы по укреплению здоровья детей

10.1. В ДОУ проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Для закаливания детей, в основном, используются природные факторы солнце, воздух и вода, используются дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья и времени года.

10.2. Общее закаливание детей включает комплекс мероприятий: проветривание, оптимальный температурный режим, умывание прохладной водой, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе. Проветривание проводится не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. В помещениях – групповых и спальнях обеспечивается

естественное сквозное или угловое проветривание в отсутствие детей. В присутствии детей проводится одностороннее проветривание всех помещений в теплое время года.

10.3. Во всех группах ДОО обеспечивается достаточное пребывание детей на свежем воздухе в течение дня. Продолжительность ежедневных прогулок составляет 3–4 часа. В структуре прогулки обязательно предусматриваются подвижные игры, спортивные упражнения, самостоятельная двигательная активность детей.

10.4. После дневного сна, дети всех возрастных групп делают гимнастику пробуждения и ходят босиком по массажным коврикам, что дает хороший оздоровительный и закаливающий эффект.

10.5. Физическое воспитание детей, направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

10.6. Занятия физической культурой и спортом, подвижные игры проводятся на открытом воздухе, если позволяют показатели метеорологических условий (температура, относительная влажность и скорость движения воздуха). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в физкультурном зале.

11. Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня в учреждении соблюдаются 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 электронных средств обучения;

⌘ физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

⌘ 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

⌘ Ежедневно организуется сопровождение индивидуального образовательного маршрута детей, в рамках которого педагогами проводится работа по коррекции развития детей, продвижение детей, имеющих особые образовательные потребности, в том числе предпосылки одарённости.