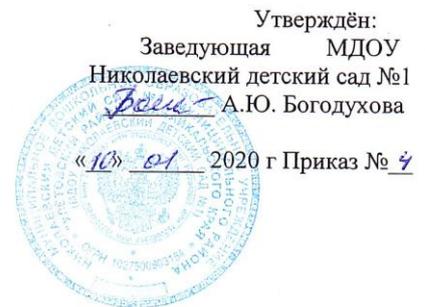


Согласовано:
Заместитель главного государственного
санитарного врача по муниципальным районам
«Хилокский район», «Красночикойский район»
«Петровск –Забайкальский район»,
«Улётовский район», «Город Петровск-
Забайкальск», «ЗАТО п. Горный»
_____ / И.В. Капустина
« ____ » _____ 2020 г



**Режим дня для разных возрастных групп ДОУ,
с 10,5 часовым пребыванием детей.**
(Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПин 2.4.1.3049-13)

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Николаевский детский сад №1, муниципального района
«Улётовский район», Забайкальского края.**
с. Николаевское, ул. Октябрьская. 103 т. 8 (30 238) 51-1-20
эл.почта nikdetsad@mail.ru

Пронумеровано,
Проиндексировано и

Режимные мероприятия	Возрастные группы ДОУ		
	Первая разновозрастная группа 1,5-3 года	Вторая разновозрастная группа 3-5 года	Третья разновозрастная группа 5-7 лет
Прием детей; Самостоятельная деятельность детей	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)
Утренняя гимнастика	8 ¹⁰ -8 ¹⁵ (5 мин)	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8 ¹⁵ -8 ⁴⁰ (25 мин)	8 ²⁰ -8 ⁴⁰ (20 мин)	8 ²⁰ -8 ³⁵ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ⁴⁰ -8 ⁵⁰ (10 мин)	8 ⁴⁰ -8 ⁵⁰ (10 мин.)	8 ³⁵ -8 ⁵⁰ (15 мин)
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы)	Первое занятие 8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин) Перерыв 9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (10 мин) Второе занятие 9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин)	Первое занятие 8 ⁵⁰ -9 ¹⁰ (20 мин.) Перерыв 9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин) Второе занятие 9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	Первое занятие 8 ⁵⁰ -9 ²⁰ (30 мин.) Перерыв 9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин) Второе занятие 9 ³⁰ -10 ⁰⁰ (30 мин) Перерыв 10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин) Третье занятие 10 ¹⁰ -10 ⁴⁰ (30 мин)
Второй завтрак	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин)	10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (второй перерыв 10 мин)
Самостоятельная деятельность детей чтение художественной литературы	9 ³⁰ -10 ²⁰	9 ³⁰ -10 ²⁰	10 ⁴⁰ -10 ⁵⁰ (10 мин)
Подготовка к прогулке	10 ²⁰ -10 ³⁰ (15 мин)	10 ²⁰ -10 ³⁰ (10 мин)	
ПРОГУЛКА	10 ³⁰ -11 ⁴⁵ (1ч 15 мин)	10 ³⁰ -12 ⁰⁰ (1.50 ч)	10 ⁵⁰ -12 ³⁵ (1,5 ч)
Самостоятельная деятельность детей на прогулке	45 мин	40 мин.	40 мин.
Подготовка к обеду ОБЕД	11 ³⁵ -12 ⁰⁰ (25 мин)	12 ⁰⁰ -12 ²⁰ (20 мин)	12 ³⁵ -12 ⁵⁵ (20 мин)
Подготовка ко сну: Спокойные игры. Чтение художественной литературы	12 ⁰⁰ -12 ²⁰ (20 мин)	12 ²⁰ -12 ⁴⁰ (20 мин)	12 ⁵⁵ -13 ⁰⁰ (5 мин)
СОН	12 ²⁰ -15 ⁰⁰ (2ч 40 м.)	12 ⁴⁰ -15 ⁰⁰ (2ч 20 мин)	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2 ч.)
Постепенный подъем; закаливающие мероприятия	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)
ЗАНЯТИЕ №3	15 ¹⁰ -15 ²⁰ (10 мин)	-	15 ¹⁰ -15 ³⁵ кружковая работа (25 мин)
Самостоятельная деятельность детей	15 ²⁰ -15 ³⁰ (10 мин)	15 ¹⁰ -15 ³⁵ (25 мин)	15 ³⁵ -15 ⁴⁰ (5 мин)
Подготовка к полднику ПОЛДНИК	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ³⁵ -15 ⁵⁰ (15 мин)	15 ⁴⁰ -15 ⁵⁵ (15 мин)
Подготовка к прогулке	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁵ -16 ⁰⁰ (5 мин)
ПРОГУЛКА	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 ч)	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 ч.)	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 ч.)
Самостоятельная деятельность детей на прогулке; уход домой	45 мин.	35 мин.	35 мин.

Режим дня учебный год

Детский сад функционирует в режиме полного дня с 10,5 - часовым пребыванием детей – с 07.30 часов до 18.00 часов (выходные – суббота, воскресенье и праздничные дни) – с организованным дневным сном и 4-х разовым приемом пищи с интервалом 3 – 4 часа в зависимости от возраста детей.

Требования к режиму дня и организации воспитательно-образовательного процесса в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для дошкольных организаций, 2013 г. (СанПиН 2.4.1.3049-13)

Форма работы (пункт СанПиН 2.4.1.3049-13)		Первая разновозрастная группа 1,5 - 3 года	Вторая разновозрастная группа 3-5 года	Третья разновозрастная группа 5-7 лет
Количество детей в группах общеразвивающей направленности – п. 1.9		исходя из расчета площади групповой комнаты от года до 3-х лет не менее 2,5 м2 на одного ребенка и от 3-х до 8-ми лет не менее 2,0 м2 на 1 ребёнка		
Питание	Организация питания – п. 4.32	Питание детей организуется в помещении групповой		
	Кратность приёма пищи в ДОО с 12- часовым пребыванием – п. 15.4, 15.11	4-х разовое (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник)		
	Интервал оптимального приёма пищи – п. 11.7, 15.7	3-4 часа (не более 4-х часов) (завтрак 8.20 – 8.40, 2-й завтрак 9.30.00 – 10.00, обед 11.45 – 12.50, полдник 15.30 – 16.00)		
	Требования к меню – п. 15.13	Меню ежедневно вывешивается в каждой групповой ячейке (указывается наименование блюда и объём порции, а также замены для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом).		
Прогулка – п. 11.5, 11.6		2 раза в день (в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой). 3 – 4 часа ежедневно При температуре воздуха ниже минус 150С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.		
Дневной сон	Продолжительность – п.11.	3 – 2,5 часа		
	Особенности – п.11.7	Во время сна детей присутствие воспитателя в спальне обязательно. Перед сном не рекомендуется проведение эмоциональных игр, закаливающих процедур. Рекомендуется спокойные игры, чтение художественной литературы Зашторивание окон в спальнях помещениях допускается лишь во время сна детей, в остальное время шторы должны быть		

		раздвинуты в целях обеспечения инсоляции помещения.		
	Требования к проветриванию – п. 8.5, 8.6	<p>Все помещения дошкольной организации должны ежедневно проветриваться. Сквозное проветривание проводят не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. В помещениях групповых и спальнях следует обеспечить естественное сквозное или угловое проветривание. Проветривание через туалетные комнаты не допускается. В присутствии детей допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года. Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы. Проветривание проводится в отсутствие детей и заканчивается за 30 минут до их прихода с прогулки или занятий. При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении, но не более чем на 2-4°С. В помещениях спален сквозное проветривание проводится до дневного сна. При проветривании во время сна фрамуги, форточки открываются с одной стороны и закрывают за 30 минут до подъема. В холодное время года фрамуги, форточки закрываются за 10 минут до отхода ко сну детей. В теплое время года сон (дневной и ночной) организуется при открытых окнах (избегая сквозняка).</p>		
	Требования к белью – п.17.14-17.16	<p>Смена постельного белья, полотенца проводится по мере загрязнения, но не реже одного раза в неделю. Все белье маркируется. Постельное белье, кроме наволочек, маркируется у ножного края. На каждого ребенка необходимо иметь три комплекта белья, включая полотенца для лица и ног, и две смены наматрасников. Чистое белье хранится в шкафах и в группы доставляется в мешках. Белье после употребления складывается в специальный бак, ведро с крышкой, клеенчатый, пластиковый или из двойной материи мешок. Постельные принадлежности: матрацы, подушки, спальные мешки проветриваются непосредственно в спальнях при открытых окнах во время каждой генеральной уборки и периодически на специально отведенных для этого площадках хозяйственной зоны. Рекомендуется один раз в год постельные принадлежности подвергать химической чистке или обработке в дезинфекционной камере.</p>		
Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в течение дня – п. 11.9, 11.11, 11.12	1-я половина дня	1-я группа не превышает 20 мин	Вторая группа не превышает 40 мин	3-я группа не превышает 1 ч. 30 мин
	2-я половина дня	10 мин	ООД с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во 2-й половине дня после дневного сна. Продолжительность – не более 25–30 мин. в день	
Длительность (продолжительность) непрерывной ООД – п.11.9, 11.10		1-я группа Не более 10 минут	Вторая группа Не более 20 минут	3-я группа Не более 30 минут
Перерывы между периодами ООД – п. 11.11	Не менее 10 минут			
Физкультминутка – п. 11.11, 11.12	В середине времени, отведённого на НОД (в середине НОД статического характера).			
ООД – п. 11.13	ООД, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в 1-ю половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.			

Занятия с использованием компьютерной техники – п. 12.21		При проведении занятий детей с использованием компьютерной техники, организация и режим занятий должны соответствовать требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы.		
Игрушки	Качество игрушек – п. 6.10	В ДОО используются игрушки, безвредные для здоровья детей, отвечающие санитарно-эпидемиологическим требованиям и имеющие документы, подтверждающие безопасность, которые могут быть подвергнуты влажной обработке (стирке) и дезинфекции. Мягконабивные и пенолатексные ворсованные игрушки для детей дошкольного возраста следует использовать только в качестве дидактических пособий.		
	Требования к уходу за игрушками – п. 17.2, 17.12, 17.13	Приобретенные игрушки (за исключением мягконабивных), перед поступлением в групповые, моются проточной водой (температура 37°C) с мылом или иным моющим средством, безвредным для здоровья детей, и затем высушивают на воздухе. Пенолатексные ворсованные игрушки и мягконабивные игрушки обрабатываются согласно инструкции изготовителя. Игрушки, которые не подлежат влажной обработке (мытью, стирке), используются только в качестве дидактического материала. Игрушки моются ежедневно в конце дня, а в группах для детей младенческого и раннего возраста - 2 раза в день. Кукольная одежда стирается по мере загрязнения с использованием детского мыла и проглаживается. Игрушки моют в специально выделенных, промаркированных емкостях.		
Уголок природы – п. 6.11, 7.5		Размещение аквариумов, животных, птиц в помещениях групповых не допускается. Не рекомендуется размещать цветы в горшках на подоконниках в групповых и спальнях помещений.		
Занятия по физическому развитию ООП – п. 12.4, 12.5, 17.1	Количество	Не менее 3-х раз в неделю		Не менее 3-х раз в неделю Для детей 5 – 7 лет 1 раз в неделю круглогодично следует организовывать занятия по физическому развитию на открытом воздухе (при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям)
	Длительность	1-я группа 15 минут	2-я группа 20 минут	3-я группа 30 минут
	Особенности	В тёплое время года ООД по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе. Влажная уборка спортивных залов проводится 1 раз в день и после каждого занятия. Спортивный инвентарь ежедневно протирается влажной ветошью, маты - с использованием мыльно-содового раствора. Ковровые покрытия ежедневно очищаются с использованием пылесоса. Во время генеральных уборок ковровое покрытие подвергается влажной обработке. Возможно использование моющего пылесоса. После каждого занятия спортивный зал проветривается в течение не менее 10 минут.		
Закаливание детей – п. 12.6		Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры. Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют		

	дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы дошкольной образовательной организации. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.
Тёплое время года – п. 12.5, 8.5, 8.6	В тёплое время года ООД по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе. В присутствии детей допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года. В теплое время года сон (дневной и ночной) организуется при открытых окнах (избегая сквозняка).
Продолжительность непрерывного бодрствования детей – п. 11.4	Максимум для детей т: 5 – 6 часов
Самостоятельная деятельность детей – п. 11.8	Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена): не менее 3 – 4 часов в день
Объём двигательной активности воспитанников – п. 12.2, 12.10	Объем двигательной активности воспитанников 5-7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности: 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы ДОО
	Формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, плавание и др.) Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.
Ежедневный утренний приём детей – п. 11.2	Ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями и (или) медицинскими работниками, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. По показаниям (при наличии катаральных явлений, явлений интоксикации) ребенку проводится термометрия. Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в ДОО не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в помещениях медицинского блока) до прихода родителей или их госпитализации в лечебно-профилактическую организацию с информированием родителей.

ДОО – дошкольная образовательная организация

ООД – организованная образовательная деятельность

ООП – основная образовательная программа

Режимные мероприятия	МДОУ НИКОЛАЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД	
	Первая разновозрастная группа 1,5 - 3 года	
Прием детей; Самостоятельная деятельность детей	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)	
Утренняя гимнастика	8 ¹⁰ -8 ¹⁵ (5 мин)	
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8 ¹⁵ -8 ⁴⁰ (25 мин)	
Самостоятельная деятельность детей	8 ⁴⁰ -8 ⁵⁰ (10 мин)	
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы)	Первое занятие 8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин) Перерыв 9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (10 мин) Второе занятие 9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин)	
Второй завтрак	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	
Подготовка к прогулке	9 ³⁰ -9 ⁴⁵ (15 мин)	
ПРОГУЛКА	9 ⁴⁵ -11 ³⁵ (1ч 45 мин)	
Самостоятельная деятельность детей на прогулке	45 мин	
Подготовка к обеду ОБЕД	11 ³⁵ -12 ⁰⁰ (25 мин)	
Подготовка ко сну: Спокойные игры. Чтение художественной литературы	12 ⁰⁰ -12 ²⁰ (20 мин)	
СОН	12 ²⁰ -15 ⁰⁰ (2ч 40 м.)	
Постепенный подъем, закаливающие мероприятия	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)	
ЗАНЯТИЕ №3	15 ¹⁰ -15 ²⁰ (10 мин)	
Самостоятельная деятельность детей	15 ²⁰ -15 ³⁰ (10 мин)	
Подготовка к полднику ПОЛДНИК	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	
Подготовка к прогулке	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	
ПРОГУЛКА	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 ч)	
Самостоятельная деятельность детей на прогулке; уход домой	45 мин.	

Режимные мероприятия	МДОУ НИКОЛАЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД
	Вторая разновозрастная группа 3-5 лет
Прием детей; Самостоятельная деятельность детей	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)
Утренняя гимнастика	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8 ²⁰ -8 ⁴⁰ (20 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ⁴⁰ -8 ⁵⁰ (10 мин.)
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы)	Первое занятие 8 ⁵⁰ -9 ¹⁰ (20 мин.) Перерыв 9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин) Второе занятие 9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)
Второй завтрак Самостоятельная деятельность детей Чтение художественной литературы	9 ³⁰ -10 ²⁰
Подготовка к прогулке	10 ²⁰ -10 ³⁰ (10 мин)
ПРОГУЛКА	10 ³⁰ -12 ⁰⁰ (1.50 ч)
Самостоятельная деятельность детей на прогулке	35 мин.
Подготовка к обеду ОБЕД	12 ⁰⁰ -12 ²⁰ (20 мин)
Подготовка ко сну: Спокойные игры. Чтение художественной литературы	12 ²⁰ -12 ⁴⁰ (20 мин)
СОН	12 ⁴⁰ -15 ⁰⁰ (2ч 20 мин)
Постепенный подъем; Закаливающие мероприятия	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)
ЗАНЯТИЕ №3	-
Кружковая работа Самостоятельная деятельность детей	15 ¹⁰ -15 ³⁵ (25 мин)
Подготовка к полднику ПОЛДНИК	15 ³⁵ -15 ⁵⁰ (15 мин)
Подготовка к прогулке	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)
ПРОГУЛКА	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 ч.)
Самостоятельная деятельность детей на прогулке; уход домой	35 мин.

Режимные мероприятия	МДОУ НИКОЛАЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД
	Третья разновозрастная группа 5-7 лет
Прием детей; Самостоятельная деятельность детей	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)
Утренняя гимнастика	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8 ²⁰ -8 ³⁵ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ³⁵ -8 ⁵⁰ (15 мин)
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы)	Первое занятие 8 ⁵⁰ -9 ²⁰ (30 мин.) Перерыв 9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин) Второе занятие 9 ³⁰ -10 ⁰⁰ (30 мин) Перерыв 10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин) Третье занятие 10 ¹⁰ -10 ⁴⁰ (30 мин)
Второй завтрак	10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (второй перерыв 10 мин)
Подготовка к прогулке	10 ⁴⁰ -10 ⁵⁰ (10 мин)
ПРОГУЛКА	10 ⁵⁰ -12 ³⁵ (1,5 ч)
Самостоятельная деятельность детей на прогулке	40 мин.
Подготовка к обеду ОБЕД	12 ³⁵ -12 ⁵⁵ (20 мин)
Подготовка ко сну: Спокойные игры. Чтение художественной литературы	12 ⁵⁵ -13 ⁰⁰ (5 мин)
СОН	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2 ч.)
Постепенный подъем; Закаливающие мероприятия	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)
ЗАНЯТИЕ №3 Кружковая работа	15 ¹⁰ -15 ³⁵ кружковая работа (25 мин)
Самостоятельная деятельность детей	15 ³⁵ -15 ⁴⁰ (5 мин)
Подготовка к полднику ПОЛДНИК	15 ⁴⁰ -15 ⁵⁵ (15 мин)
Подготовка к прогулке	15 ⁵⁵ -16 ⁰⁰ (5 мин)
ПРОГУЛКА	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 ч.)
Самостоятельная деятельность детей на прогулке; уход домой	35 мин.

