**Режим дня и распорядок**

 **муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения**

**«Детский сад комбинированного вида №14»**

**Алексеевского городского округа**

**Детский сад №14 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 ДОУ 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 ДОУ осуществляет старшая 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 . 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 лекарства 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 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.

**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.