

**Частное учреждение общеобразовательная организация центр образования
«АСПЕКТ»**

ОБСУЖДЕНО И УТВЕРЖДЕНО:

Педагогическом советом
ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ»
от 29 августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом генерального директора
ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ»
Мельникова А.В.
№ 12-ЛА от «30» августа 2024г.

**РЕЖИМЫ ДНЯ ВСЕХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП
НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**Дошкольное отделение подразделения «Британская школа «АСПЕКТ»
«КРЕСТОВСКИЙ»**

Санкт-Петербург
2024г.

В дошкольном отделении подразделения ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ» Британская школа «АСПЕКТ» «КРЕСТОВСКИЙ» используются типовые (примерные) режимы дня и вариативные режимы пребывания ребенка.

Типовые режимы дня - примерные режимы пребывания воспитанников в соответствующей возрастной группе, которые конкретизируются в зависимости от возрастных и (или) индивидуальных возможностей детей, а также зависят от расписания работы универсального зала для каждой группы.

Конкретные режимы пребывания воспитанников составляются на каждый день недели, учитывая:

- расписание непрерывной образовательной деятельности;
- расписание организованной образовательной деятельности в универсальном зале;
- некоторые особенности детей группы (Например, умение быстро одеваться на прогулку)

Режимы дня на каждый день являются приложением к рабочей программе возрастной группы. Все режимы дня должны соответствовать требованиям Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28)

Вариативные режимы дня используются по необходимости в зависимости от сложившихся условий:

- при неблагоприятных погодных условиях (Гибкий режим дня)
- в период наложения карантина (Режим дня на время карантина)
- для детей после болезни (Щадящий режим дня)
- для детей с хроническими заболеваниями или III группы здоровья (Индивидуальный режим дня)

Режим дня в младшей подгруппе для детей от 3 до 4 лет (холодный период года)

Прием, осмотр детей, взаимодействие с семьей, игры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00-9.20
Подготовка к завтраку, завтрак	9.20 - 9.50
Индивидуальные игры с детьми	9.50 - 10.00
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе (в перерывах динамические паузы по 10 минут)	10.00 — 10.50
2-ой завтрак	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00-12.30
Возвращение с прогулки	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 — 13.10
Подготовка к сну, дневной сон	13.10 — 15.20
Подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.20 — 15.40
Совместная деятельность с детьми и или НОД. Игры, самостоятельная деятельность; индивидуальная работа.	15.40 — 15.50
Подготовка к полднику, полдник	15.50 - 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	16.15-17.00

Вариативный режим дня на летний период для детей от 3 до 4 лет

Прием детей на улице, осмотр детей, взаимодействие с семьей, игры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00-9.30
Завтрак	9.30-10.00
Круг	10.00-10.15
НОД (физкультурная, музыкальная, изобразительная) * Совместная деятельность с детьми; объединение детей по интересам самостоятельной деятельности, чтение художественной литературы, игры, индивидуальная работа.	10.15-10.30
2-й завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.30
Возвращение с прогулки	12.30-12.40

Подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, мытье ног	13.10-13.20
Дневной сон	13.20-15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игровая деятельность.	15.30-15.50
Подготовка к полднику, полдник	15.50-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-17.00

Примечания: НОД (физкультурная, музыкальная, изобразительная) * - может проводиться на открытом воздухе.

Режим дня в средней подгруппе для детей от 4 до 5 лет (холодный период)

Прием, осмотр детей, Взаимодействие с семьей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	9.00 - 9.20
Подготовка к завтраку, завтрак	9.20 - 9.45
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе (в перерывах динамические паузы по 10 минут)	9.45 — 10.50
2-ой завтрак	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00 — 12.30
Возвращение с прогулки	12.30 – 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 — 13.10
Подготовка к сну, дневной сон	13.10 — 15.10
Подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.10 — 15.30
Совместная деятельность с детьми. Игры, самостоятельная деятельность; индивидуальная работа. Чтение художественной литературы.	15.30 — 15.50
Подготовка к полднику, полдник	15.50-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	16.15-17.00

Вариативный режим дня на летний период для детей от 4 до 5 лет

Прием детей на улице, осмотр детей, взаимодействие с семьей, игры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00-9.30
Завтрак	9.30-10.00
Круг	10.00-10.15
НОД (физкультурная, музыкальная, изобразительная) * Совместная деятельность с детьми; объединение детей по интересам самостоятельной деятельности, чтение художественной литературы, игры, индивидуальная работа.	10.15-10.40
2-й завтрак	10.40-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.35
Возвращение с прогулки	12.35-12.45
Подготовка к обеду, обед	12.45-13.10
Подготовка ко сну, мытье ног	13.10-13.20
Дневной сон	13.20-15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игровая деятельность.	15.20-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00
подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	16.00-17.00

Примечания: НОД (физкультурная, музыкальная, изобразительная) * - может проводиться на открытом воздухе.
Режим дня в старшей подгруппе для детей от 5 до 6 лет (холодный период года)

Прием, осмотр детей, взаимодействие с семьей, самостоятельная деятельность, игры, дежурство, утренняя гимнастика	9.00 — 9.20
Подготовка к завтраку, завтрак	9.20 - 9.45
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе (в перерывах динамические паузы по 10 минут)	9.45 — 10.50
2-ой завтрак	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	11.00- 12.30
Возвращение с прогулки	12.30- 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 13.00
Подготовка к сну, дневной сон	13.00 — 15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.00— 15.10
НОД, Английский язык. Индивидуальная работа. Игры, досуги, общение и деятельность по интересам, самостоятельная деятельность.	15.10 — 16.00
Подготовка к полднику, полдник.	16.00 -16.20
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой,	16.20-17.00

Вариативный режим дня для детей от 5 до 6 лет (на летний период)

Прием детей на улице, осмотр детей, взаимодействие с семьей, игры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00-9.35
Завтрак	9.35 -10.00
Круг	10.00-10.15
НОД (физкультурная, музыкальная, изобразительная) * Совместная деятельность с детьми; объединение детей по интересам самостоятельной деятельности, чтение художественной литературы, игры, индивидуальная работа.	10.15-10.50
2-й завтрак	10.50- 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	11.00-12.40
Возвращение с прогулки	12.40-12.50
Подготовка к обеду, обед	12.50-13.10
Подготовка ко сну, мытье ног	13.10-13.20
Дневной сон	13.20-15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игровая деятельность.	15.20-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 -16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.00- 17.00

Примечания: НОД (физкультурная, музыкальная, изобразительная) * - может проводиться на открытом воздухе.

Режим дня в подготовительной подгруппе для детей от 6 до 7 лет (холодный период года)

Прием, осмотр детей, взаимодействие с семьей, самостоятельная деятельность, игры, дежурство, утренняя гимнастика	9.00 — 9.20
Подготовка к завтраку, завтрак	9.20-9.45
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе (в перерывах динамические паузы по 10 минут)	9.45 — 10.50
2-ой завтрак	10.50 — 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	11.00 — 12.30
Возвращение с прогулки	12.30 — 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 13.00
Подготовка к сну, дневной сон	13.00 — 15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.00— 15.10
НОД, Английский язык. Индивидуальная работа. Игры, досуги, общение и деятельность по интересам, самостоятельная деятельность.	15.10 — 16.00
Подготовка к полднику, полдник.	16.00 — 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой,	16.20-17.00

Вариативный режим дня для детей 6-7 лет (на летний период)

Прием детей на улице, осмотр детей, взаимодействие с семьей, игры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 - 9.35
Завтрак	9.35 -10.00
Круг	10.00-10.15
НОД (физкультурная, музыкальная, изобразительная) * Совместная деятельность с детьми; объединение детей по интересам самостоятельной деятельности, чтение художественной литературы, игры, индивидуальная работа.	10.15-11.00
2-й завтрак	11.00-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	11.10-12.50
Возвращение с прогулки	12.50-13.00
Подготовка к обеду, обед	13.00-13.20
Подготовка ко сну, мытье ног	13.20-13.30
Дневной сон	13.30-15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игровая деятельность	15.20-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 — 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.00 — 17.00

Примечания: НОД (физкультурная, музыкальная, изобразительная) * - может проводиться на открытом воздухе.

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ

(при неблагоприятных погодных условиях)

При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки **сокращается**. Прогулки **отменяются** во время штормового предупреждения МЧС РФ или выпадения **обильных** осадков (проливного дождя, града, сильной метели). Также прогулка может быть отменена по решению администрации детского сада, если на территории дошкольной организации существует угроза жизни и здоровью детей и сотрудников до ее устранения.

Рекомендации:

1 Мероприятия (или часть мероприятий) с детьми, запланированные для проведения на улице, по возможности адаптируются к организации в групповом помещении. При сокращении времени прогулки воспитатель сам определяет (исходя из погодных условий), какие мероприятия проводятся на прогулочном участке, какие в помещении группы.

РЕЖИМ ДНЯ НА ВРЕМЯ КАРАНТИНА

Действует на период наложения карантина, устанавливается по рекомендации врача-педиатра дошкольного отделения подразделения ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ» Британская школа «АСПЕКТ» «КРЕСТОВСКИЙ»

Рекомендации:

Усилить утренний фильтр детей при приеме в группу:

Выполнять карантинные мероприятия, согласно установленным инструкциям врача-педиатра подразделения ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ» «Британская школа «АСПЕКТ» «КРЕСТОВСКИЙ». Все образовательные мероприятия, запланированные к проведению в музыкальном зале или физкультурном зале, проводятся в групповом помещении;

Для организации образовательных мероприятий в группе используются только тепособия и игрушки, которые можно обрабатывать обеззараживающими растворами;

Увеличивается количество культурно-гигиенических мероприятий (мытьё рук, личная гигиена)

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ

(для детей после перенесенных острых заболеваний)

Предназначен для детей, часто болеющих ОРЗ (ОРВИ), имеющими 3 группу здоровья, сповышенной активностью нервной системы.

Рекомендации.

Дозирование физической нагрузки во время проведения утренней гимнастики и физкультурных занятий (исключаются упражнения, требующие большого физического напряжения: бег, прыжки, подвижные игры большой подвижности);

Ограничение времени прогулок в течение 2-х недель на 15 минут;

Освобождение от занятий физического развития на улице на 2 недели;

Увеличение дневного сна (укладывать первыми, поднимать последними)

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ

(для детей, имеющих 2-3 медицинских диагноза или III группу здоровья)

Рекомендации:

Физкультурная - группа подготовительная. Дети не участвуют в соревнованиях, кроссах, спартакиадах и пр. По медицинским показаниям для детей могут быть ограничены отдельные виды двигательной деятельности (в

соответствии с диагнозом).

После обострения хронического заболевания ограничивается длительность прогулки (по рекомендации лечащего врача).

Скорректированные режимы пребывания детей в ДОУ в соответствии с медицинскими показаниями Щадящий режим (после болезни)

Рекомендации:

- всем детям после болезни на одну-две недели сокращение прогулки на 15 минут;
- освобождение от физкультуры на улице (на 1-2 недели);
- снижение нагрузок при проведении физических упражнений (в соответствии с рекомендациями врача-педиатра подразделения)

№п /п	Виды деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственный
1.	Приход в детский сад	По возможности 9:15-9:30	Родители
2.	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузок по бегу, прыжкам на 50%	воспитатели
3.	Гигиенические и общеукрепляющие процедуры: -умывание; -воздушные ванны с бодрящей гимнастикой;	t/в.=16-20 гр., тщательное вытирание рук, лица. снимается пижама, надевается сухая футболка; в течение недели не проводится обливание стоп.	ассистент, воспитатель; руководитель физ. ВОСПИТАНИЯ
4.	Питание:1-ый завтрак,2-ой завтрак, обед, полдник	-первыми садятся за стол;	ассистент, воспитатель;
5.	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю); Выход на прогулку	-одевание в последнюю очередь; -выход последними, возвращение первыми.	ассистент, воспитатель;
6.	прогулка	-вовлечение в умеренную двигательную деятельность.	воспитатель
7.	Физкультурные занятия	-отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	воспитатель; руководитель физ. ВОСПИТАНИЯ
8.	Занятия статического, интеллектуального плана	-вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине дня	воспитатель, логопед
9.	Дневной сон	-укладывание первыми; -подъём по мере просыпания	воспитатель
10.	Совместная деятельность с воспитателем	-учёт настроения ребёнка и его желание	воспитатель
11.	Самостоятельная деятельность	-предлагать места для игр и др. деятельности, удалённые от окна двери	воспитатель
12.	Уход детей домой	По возможности до 17.00	Родители