

«Утверждаю»

Директор ЧОУ «Школа Менахем»

_____ А.А. Хачатурова

Приказ от 26 мая 2022г. № 22-О

РЕЖИМ РАБОТЫ

ЧАСТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ШКОЛА МЕНАХЕМ»

В 2022-2023 УЧЕБНОМ ГОДУ

уровень дошкольного образования

Распорядок дня и/или режим дня во всех группах детского сада

Организация жизни и деятельности детей в зависимости от их возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей, предусматривающая личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности.

Режим дня Частного общеобразовательного учреждения «Школа Менахем») составлен в соответствии с требованиями Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СанПиН 2.4.3648-20).

- Режим работы - 10,5 часов. Режим дня построен с учётом естественных ритмов физиологических процессов детского организма. Он соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию.
- Режим дня имеет рациональную продолжительность и предполагает разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение их пребывания в учреждении. Режим дня во всех возрастных группах соответствует возрастным психофизиологическим особенностям детей и способствует их гармоничному развитию.
- Режим дня является основой организации образовательного процесса в соответствии со временем пребывания ребенка в группе – 10,5 часов, (5 часов) при пятидневной рабочей неделе.
- Режимы составляются на холодный и теплый период времени года, на период адаптации, каникулярный и карантинный период в соответствии с СанПиН 2.4.3648-20.
- Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 - 4,5 часов, включая утренний прием детей на улице, а также ООД по физическому развитию, проводимую на открытом воздухе. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - перед уходом детей домой. (При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20°С и скорости ветра более 15 м/с.).

РЕЖИМ ДНЯ

младший дошкольный возраст 3-5 лет (ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Режимные моменты	4-й год жизни	5-й год жизни
Прием детей на улице (общение с родителями, самостоятельная деятельность детей)	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00
Свободная деятельность детей в группе (самостоятельная игровая деятельность детей, общение со сверстниками, индивидуальная работа, трудовые поручения, предварительная работа к НОД)	8.00 – 8.20	8.00 – 8.20
Утренняя гимнастика (двигательная деятельность)	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30 – 9:00	8:30 – 9:00

(организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения)		
НОД , перерывы по 10 минут, (познавательная, двигательная, продуктивная, музыкальная деятельности, развитие речи, навыков общения и взаимодействия).	9:00-10:00	9:00 – 10:10
Второй завтрак	10:00-10:10	10:10 -10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (воспитание самостоятельности, навыков самообслуживания, помощи друг другу; наблюдения и труд в природе, двигательная активность; воспитание навыков самообслуживания, взаимопомощи, свободные игры, чтение художественной литературы)	10:10 – 12:10	10:10 – 12:10
Подготовка к обеду (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения), обед	12:10 – 13:10	12:10 – 13:10
Подготовка ко сну (воспитание навыков самостоятельности), дневной сон	13:10 – 15:10	13:10 – 15:10
Подъем детей , закаливающие процедуры , (воздушные, профилактическая гимнастика, воспитание культурно гигиенических навыков)	15:10 – 15:40	15:10 – 15:40
Подготовка к полднику (игры детей, образовательная деятельность в режиме, индивидуальная работа), полдник	15:40 – 16:10	15:40 – 16:10
Самостоятельная деятельность в группе: игры со строительным материалом, с/р игры, д/и; индивидуальная работа с детьми по развитию речи, музыкальному воспитанию, самостоятельная художественная деятельность, дополнительные занятия в кружках комплексе	16:10 – 16:40	16:10 – 16:40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой (наблюдения, труд в природе, индивидуальная работа.)	16:40– 18:00	16:40– 18:00

РЕЖИМ ДНЯ

старший дошкольный возраст 5-7 лет (*ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД*)

Режимные моменты	6-й год жизни	7-й год жизни
Прием детей на улице (общение с родителями, самостоятельная деятельность детей)	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00
Свободная деятельность детей в группе (самостоятельная игровая деятельность детей, общение со сверстниками,	8.00 – 8.20	8.00 – 8.20

индивидуальная работа, трудовые поручения, предварительная работа к НОД)		
Утренняя гимнастика (двигательная деятельность)	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения)	8:30 – 9:00	8:30 – 9:00
НОД, перерывы по 10 минут, (познавательная, двигательная, продуктивная, музыкальная деятельности, развитие речи, навыков общения и взаимодействия).	9:00-10:20	9:00 – 10:40
Второй завтрак	10:20 -10:30	10:40 - 10:50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (воспитание самостоятельности, навыков самообслуживания, помощи друг другу; наблюдения и труд в природе, двигательная активность; воспитание навыков самообслуживания, взаимопомощи, свободные игры, чтение художественной литературы)	10:30 – 12:20	10:50 – 12:30
Подготовка к обеду (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения), обед	12:20 – 13:10	12:30 – 13:10
Подготовка ко сну (воспитание навыков самостоятельности), дневной сон	13:10 – 15:10	13:10 – 15:10
Подъем детей , закаливающие процедуры, (воздушные, профилактическая гимнастика, воспитание культурно гигиенических навыков)	15:10 – 15:40	15:10 – 15:40
Подготовка к полднику (игры детей, образовательная деятельность в режиме, индивидуальная работа), полдник	15:40 – 16:10	15:40 – 16:10
Самостоятельная деятельность в группе: игры со строительным материалом, с/р игры, д/и; индивидуальная работа с детьми по развитию речи, музыкальному воспитанию, самостоятельная художественная деятельность, дополнительные занятия в кружках комплексе	16:10 – 16:40	16:10 – 16:40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой (наблюдения, труд в природе, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями)	16:40 – 18:00	16:40 - 18:00

РЕЖИМ ДНЯ

младший дошкольный возраст 3-5 лет (ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД)

Режимные моменты	4-й год жизни	5-й год жизни
Утренний прием детей на улице (общение с родителями, самостоятельная деятельность детей)	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика на улице (двигательная деятельность)	8.00 – 8.15	8.00 – 8.15
Свободная деятельность детей в группе (самостоятельная игровая, познавательная, художественно-творческая деятельность детей, общение со сверстниками, индивидуальная работа, хозяйственно-бытовой труд, поручения)	8.15 – 8.30	8.15 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков, навыков самообслуживания и культуры поведения)	8.30 – 9.10	8.30 – 9.10
Подготовка к прогулке, прогулка (НОД на улице) наблюдения в природе, игровая деятельность на участке (п/и, с/р игры, хороводные), игры с песком, водой и ветром, самостоятельные игры с выносным материалом, художественно-творческая, познавательная, трудовая деятельность, индивидуальная работа с детьми по физическому воспитанию и речевому развитию, возвращение с прогулки)	09:10 – 11.30	09:10 – 11.30
Гигиенические процедуры после прогулки	11.30-11.40	11.30-11.40
Второй завтрак	11.40 - 11.50	11.40 - 11.50
Закаливание. Подготовка к обеду (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения), обед	11.50– 13:10	11.50– 13:10
Подготовка ко сну (воспитание навыков самостоятельности), дневной сон	13:10 – 15:10	13:10 – 15:10
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (воздушные, водные процедуры, профилактическая гимнастика, воспитание культурно-гигиенических навыков)	15:10 – 15:30	15:10 – 15:30
Подготовка к полднику (игры детей, образовательная деятельность в режиме, индивидуальная работа), полдник	15:30 – 16:00	15:300 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой игры: со строительным материалом, сюжетно ролевые игры,	16:00 – 18:00	16:00 – 18:00

игры на участке с песком, водой и ветром, работа в цветнике и уголке Леса (наблюдения в природе, п/и, индивидуальная работа по физическому, художественно-эстетическому и творческому развитию, взаимодействие с родителями)		
--	--	--

- **Непосредственная образовательная деятельность не проводится, она заменяется прогулкой;**
- **Продолжительность прогулки максимально увеличивается, игры, физические упражнения и отдельные виды деятельности проводятся на свежем воздухе**

РЕЖИМ ДНЯ
старший дошкольный возраст 5-7 лет (*ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД*)

Режимные моменты	6-й год жизни	7-й год жизни
Утренний прием детей на улице (общение с родителями, самостоятельная деятельность детей)	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика на улице (двигательная деятельность)	8.00 – 8.15	8.00 – 8.15
Свободная деятельность детей в группе (самостоятельная игровая деятельность детей, общение со сверстниками, индивидуальная работа, трудовые поручения)	8.15 – 8.30	8.15 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков, навыков самообслуживания и культуры поведения за столом)	8.30 – 9.10	8.30 – 9.10
Подготовка к прогулке, прогулка (НОД на улице) наблюдения в природе, игровая деятельность на участке (п/и, с/р игры, хороводные, с песком, водой и ветром,, самостоятельные игры, художественно-творческая, познавательная, трудовая деятельность, индивидуальная работа с детьми по физическому воспитанию, возвращение с прогулки)	09:10 – 11.30	09:10 – 11.30
Гигиенические процедуры после прогулки	11.30-11.40	11.30-11.40
Второй завтрак	11.40 - 11.50	11.40 - 11.50
Закаливание. Подготовка к обеду (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения), обед	11.50– 13:10	11.50– 13:10
Подготовка ко сну (воспитание навыков самостоятельности), дневной сон	13:10 – 15:10	13:10 – 15:10

Постепенный подъем, закаливающие процедуры (воздушные, водные процедуры, профилактическая гимнастика, воспитание культурно-гигиенических навыков)	15:10 – 15:30	15:10 – 15:30
Подготовка к полднику (игры детей, образовательная деятельность в режиме, индивидуальная работа), полдник	15:30 – 16:00	15:300 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой игры: со строительным материалом, сюжетно ролевые игры, игры на участке с песком, водой и ветром, работа в цветнике и уголке Леса (наблюдения в природе, п/и, индивидуальная работа по физическому, художественно-эстетическому и творческому развитию, взаимодействие с родителями)	16:00 – 18:00	16:00 – 18:00

- **Непосредственная образовательная деятельность не проводится, она заменяются прогулкой;**
- **Продолжительность прогулки максимально увеличивается, игры, физические упражнения и отдельные виды деятельности проводятся на свежем воздухе**

Модель двигательного режима

<i>Формы организации</i>	<i>2-е младшие группы</i>	<i>Средние группы</i>	<i>Старшие группы</i>
<i>Утренняя гимнастика</i>	<i>5-6 мин</i>	<i>6-8 мин</i>	<i>8-10 мин</i>
<i>Физическая культура</i>	<i>3 раза в неделю</i>		
	<i>15 мин</i>	<i>20 мин</i>	<i>25 мин</i>
<i>Музыка</i>	<i>2 раза в неделю</i>		
	<i>15 мин</i>	<i>20 мин</i>	<i>25 мин</i>
<i>Гимнастика пробуждения</i>	<i>5-6 мин</i>	<i>5-8 мин</i>	<i>8 мин</i>
<i>Подвижные игры на прогулке</i>	<i>15 мин</i>	<i>20 мин</i>	<i>20 мин</i>
<i>Подвижные игры в группе (утро, вечер)</i>	<i>6-10 мин</i>	<i>10-15 мин</i>	<i>15-20 мин</i>
<i>Физкультминутки</i>	<i>4-5 мин</i>	<i>4-5 мин</i>	<i>6-7 мин</i>
<i>Спортивные игры</i>	-	<i>Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю</i>	

<i>Спортивные упражнения</i>	<i>Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю</i>		
<i>Самостоятельная двигательная активность</i>	<i>Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей</i>		
<i>Физкультурный досуг</i>	<i>1 раз в месяц</i>		
	<i>20 мин</i>	<i>25 мин</i>	<i>35 мин</i>
<i>Спортивный праздник</i>	<i>3 раза в год</i>		
	<i>20-25 мин</i>	<i>25-30 мин</i>	<i>50-60 мин</i>
<i>День здоровья</i>	<i>1 раз в квартал</i>		

Режим работы период карантина

Карантин – система мероприятий, проводимых для предупреждения распространения инфекционных заболеваний из эпидемического очага и ликвидации самого очага. Эпидемический процесс данных заболеваний характеризуется сезонными изменениями, вспышками и возникающими эпидемиями различной интенсивности, которые поражают около 20% детей.

Сроки карантина устанавливаются на основании данных о наибольшей продолжительности инкубационного периода заболевания. Так, при гриппе и скарлатине карантин длится 7 дней, при ветряной оспе, краснухе и паротите – 21 день, при менингококковой инфекции – 10 дней, а при вирусном менингите – 20 дней. На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

Адаптационный режим

Алгоритм прохождения адаптации

Первая неделя

Ребенок находится в детском саду вместе с мамой 2 часа (9.00— 11.00)

Цели: закладывать основы доверительного отношения к посторонним взрослым, симпатии к воспитателю; способствовать эмоциональному восприятию сверстников; подробно познакомить с расположением помещений в группе.

Вторая неделя

Ребенок находится в детском саду 2 часа без мамы (9.00— 11.00).

Цели: установить индивидуальный эмоциональный контакт с ребенком (ребенок сам идет на руки, на колени, принимает ласку воспитателя, смело обращается за помощью); закладывать основы доброжелательного отношения к сверстникам, способствовать раз-

вигию игры «рядом»; побуждать к самостоятельным действиям в группе, закреплять умение ориентироваться в помещениях группы, находить предметы личного пользования (с помощью взрослого, опираясь на индивидуальную картинку).

Третья неделя

Посещение ребенком ДО 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 ДОУ (привыкание к новому ассортименту блюд, их вкусовым качествам); привлекать к совместным играм по типу «Шли, шли, что-то нашли...»; учить слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу; формировать у детей навыки самообслуживания, побуждать к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого.

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, подготовить ребенка к расширению круга общения с другими сотрудниками ДО, со старшими детьми; поощрять культурно-гигиенические навыки.