


**Государственное казенное учреждение здравоохранения
«Областной дом ребенка № 7 специализированный для детей
с органическим поражением центральной нервной системы
с нарушением психики»**

Тел.\факс: 8-(3513)-67-77-65 e-mail: psiodr@yandex.ru
456207 г.Златоуст, ул. им. А.С.Макаренко, д.4-А
ИНН/КПП 7404033653/74040100 ОКПО 49119089, ОГРН 1027400586751

Согласовано
Старший воспитатель
 Е.В. Мальцева

УТВЕРЖДЕНО:
Главный врач ГКУЗ
«Областной дом ребенка №7»
 Н.В. Трубинова
«30» декабря 2021 год

**Режимы дня для детей раннего возраста
В ГКУЗ «Областной дом ребенка № 7»**

Режим работы

Режим работы учреждения установлен Учредителем – семидневная рабочая неделя без выходных и праздничных дней. Время пребывания детей – круглосуточное. График работы коллектива 24 часовой: с 8.00 до 19.00 – педагогический персонал; с 19.00 – 8.00 медицинский персонал.

Примерный режим дня в организации составлен в соответствии с требованиями Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.4.1.3049 – 13, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации с редакцией от 27.08.2015 г. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Примерный режим дня имеет рациональную продолжительность и предполагает разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение их пребывания в организации.

Во всех возрастных группах он соответствует возрастным психофизиологическим, состоянию здоровья, индивидуальным возможностям и особенностям детей.

В младенческих группах большую часть времени отводят на бытовые процессы: сон, гигиенические процедуры, одевание-раздевание и т.д.

Детям, ослабленным или перенесшим заболевание, увеличивается время на сон, пребывание на воздухе, вносятся необходимые изменения и в содержание воспитательно-образовательной работы.

Требования к организации режимных процессов:

— Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей во сне, питании и т.д.

— Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.

— Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах, поощрение самостоятельности и активности.

— Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.

— Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.

— Спокойный и доброжелательный тон воспитателя.

— Отсутствие напряжения и ускоренного темпа проведения режимных процессов.

— Недопустимость сокращения времени в режиме дня, отведенного для игровой деятельности.

— Ежедневное пребывание на свежем воздухе не менее трех часов.

Основные принципы построения режима дня для детей от рождения до 4-х лет:

— Постоянство, последовательность и постепенность в проведении режимных процессов на протяжении всего периода воспитания детей в доме ребенка для укрепления его здоровья и нормального развития.

— Включение в режим дня детей разного возраста примерно одних и тех же для возрастных групп видов деятельности и отдыха.

— Изменение содержания и объема некоторых нагрузок, продолжительность сна и бодрствования от года к году.

— Учет морфофункциональных и психофизиологических особенностей детей.

— Использование на каждом возрастном этапе соответствующих педагогических приемов и методов.

Режим дня в доме ребенка строится с таким расчетом, чтобы длительные прогулки, шумные игры заканчивались примерно за полчаса до еды. Это время используется для спокойных игр, занятий или чтения художественно литературы.

Перед каждым приемом пищи проводятся гигиенические процедуры. Первыми умываются дети, которые едят медленнее. Они садятся за стол и приступают к еде, не дожидаясь остальных.

Количество времени, отведенное на игры, занятия, прогулки, а так же чередование различных видов деятельности не меняются. После игр-занятий, требующих значительного умственного и волевого напряжения, относительной неподвижности необходимо провести деятельность подвижного характера, не связанную с большими усилиями – динамические паузы, физминутки, логоритмика, подвижные игры. Затем снова вернуться к спокойным играм.

Для эффективного решения программных задач в режиме дня выделено специальное время для чтения художественной литературы. Это не является обязательным режимом дня, и чтение может быть заменено самостоятельной деятельностью детей.

Детям предоставляется свободный выбор – слушать или заниматься другой деятельностью, так как дети, играя рядом с воспитателем, незаметно для себя, увлекаются процессом слушания.

Для каждой возрастной группы детей составляется единый режим дня на год. Разница заключается только в том, что в летний период непосредственно-образовательная деятельность заменяется совместной игровой деятельностью, развлечениями или праздниками на свежем воздухе.

Правильный режим дня имеет большое гигиеническое и педагогическое значение.

Режим дня №1 (для детей от 1 месяца до 3 месяцев)

| | |
|---|---------------|
| Кормление | 6.00 – 6.20 |
| Бодрствование | 6.20 – 7.00 |
| Сон | 7.00 – 9.00 |
| Кормление | 9.00 – 9.20 |
| Бодрствование | 9.20 – 10.00 |
| Сон * | 10.00 12.00 |
| Кормление | 12.00 -12.20 |
| Бодрствование | 12.20 – 13.00 |
| Сон | 13.00 – 15.00 |
| Кормление | 15.00 – 15.20 |
| Бодрствование | 15.20 – 16.00 |
| Сон * | 16.00 – 18.00 |
| Кормление | 18.00 – 18.20 |
| Бодрствование | 18.20 – 19.00 |
| Ночной сон | 19.00 – 6.00 |
| Ночные кормления | 21.00 и 24.00 |
| * Сон на улице осуществляется по наличию показаний или противопоказаний (выраженная интоксикация, повышение температуры, данные анализов и т.д.) врача-педиатра в первой или второй половине дня. Время и продолжительность прогулки устанавливается индивидуально для каждого ребенка в зависимости от состояния здоровья на текущий момент. | |

Режим дня №2 (для детей от 3 месяцев до 6 месяцев)

| | |
|---|---------------|
| Кормление | 6.00 – 6.20 |
| Бодрствование, игра | 6.20 – 7.30 |
| Сон | 7.30 – 9.30 |
| Кормление | 9.30 – 9.40 |
| Бодрствование, игра, занятие | 9.40 – 11.00 |
| Сон * | 11.00 – 13.00 |
| Кормление | 13.00 – 13.20 |
| Бодрствование, игра, занятие | 13.20 – 14.30 |
| Сон * | 14.30 – 16.30 |
| Кормление | 16.30 – 16.50 |
| Бодрствование, игра | 16.50 – 18.00 |
| Сон | 18.00 – 20.00 |
| Кормление | 20.00 – 20.20 |
| Бодрствование, игра | 20.20 – 21.00 |
| Ночной сон | 21.00 – 6.00 |
| Кормление ночное | 23.30 – 23.50 |
| * Сон на улице осуществляется по наличию показаний или противопоказаний (выраженная интоксикация, повышение температуры, данные анализов и т.д.) врача-педиатра в первой или второй половине дня. Время и продолжительность прогулки устанавливается индивидуально для каждого ребенка в зависимости от состояния здоровья на текущий момент. | |

Режим дня №3 (для детей от 6 месяцев до 9 месяцев)

| | |
|---|----------------|
| Кормление | 6.00 – 6.20 |
| Бодрствование, игра | 6.20 – 8.00 |
| Сон | 8.00 - 10.00 |
| Кормление | 10.00 – 10.20 |
| Бодрствование, игра, занятие | 10. 20 – 12.00 |
| Сон * | 12.00 – 14.00 |
| Кормление | 14.00 – 14.20 |
| Бодрствование, игра, занятие | 14.20 – 16.00 |
| Сон* | 16.00 – 18.00 |
| Кормление | 18.00 – 18.20 |
| Бодрствование, игра, занятие | 18.20 – 20.00 |
| Ночной сон | 20.00 – 6.00 |
| Кормление ночное | 22.00 – 22.20 |
| * Сон на улице осуществляется по наличию показаний или противопоказаний (выраженная интоксикация, повышение температуры, данные анализов и т.д.) врача-педиатра в первой или второй половине дня. Время и продолжительность прогулки устанавливается индивидуально для каждого ребенка в зависимости от состояния здоровья на текущий момент. | |

Режим дня №4 (для детей от 9 месяцев до 1 года)

| | |
|---|---------------|
| Подъем, туалет, игра | 6.30 – 7.00 |
| Кормление | 7.00 – 7.20 |
| Бодрствование, игра, прогулка - в летний период | 7.20 – 8.30 |
| Сон | 8.30 – 11.30 |
| Кормление | 11.30 – 12.00 |
| Бодрствование, прогулка, занятие, игра, | 12.00 – 15.00 |
| Кормление | 15.00 – 15.30 |
| Сон * | 15.30 – 17.00 |
| Бодрствование, игра, занятие | 17.30 – 18.30 |
| Кормление | 18.30 – 19.00 |
| Бодрствование, игра, купание | 19.00 – 20.00 |
| Сон ночной | 20.00 – 6.30 |
| Кормление ночное | 22.00 |
| * Сон на улице осуществляется по наличию показаний или противопоказаний (выраженная интоксикация, повышение температуры, данные анализов и т.д.) врача-педиатра в первой или второй половине дня. Время и продолжительность прогулки устанавливается индивидуально для каждого ребенка в зависимости от состояния здоровья на текущий момент. | |

Режим дня №5 (для детей от 1 года до 1г 6 мес)

| | |
|---|---------------|
| Подъем, гигиенические процедуры. Зарядка | 8.00 – 8.30 |
| Завтрак. Гигиенические процедуры | 8.30 – 9.00 |
| НОД 1 подгруппа | 9.00 – 9.08 |
| НОД 2 подгруппа | 9.20 – 9.28 |
| Сок, сборы на прогулку | 9.30 – 10.00 |
| Сон * | 10.00 – 12.00 |
| Обед | 12.00 – 12.30 |
| Бодрствование, игра | 12.30 – 14.00 |
| Прогулка | 14.00 – 15.00 |
| Полдник | 15.00 – 15.20 |
| Сон * на воздухе | 15.30 – 17.00 |
| Бодрствование, игра | 17.00 – 18.00 |
| Гигиенические процедуры | 18.00 - 18.30 |
| Ужин | 18.30 – 19.00 |
| Спокойные игры, купание | 19.00 - 20.00 |
| Кефир. Сон ночной | 20.00 – 8.00 |
| *Для детей от 1 года до 1,5 лет дневной сон организуют дважды в первую и вторую половину дня общей продолжительностью до 3,5 часов. Оптимальным является организация дневного сна на воздухе в первой или второй половине дня в зависимости от времени года и погодных условий. | |

Режим дня №6 (для детей от 1г 6 мес. до 3 лет)

| | |
|---------------|---|
| 8.00 – 8.10 | Постепенный подъём, гигиенические процедуры |
| 8.10 – 8.20 | Зарядка |
| 8.20 – 9.00 | Завтрак, гигиенические процедуры |
| 9.00 -9.10 | НОД фронтальное |
| 9.20 - 9.30 | НОД подгрупповое |
| 9.30 - 9.40 | Сок |
| 9.40 – 9.50 | НОД подгрупповое |
| 9.50 - 10.00 | Сборы на прогулку |
| 10.00 - 11.30 | Прогулка |
| 11.30 - 11.40 | Гигиенические процедуры |
| 11.40 - 12.00 | Обед |
| 12.00 - 15.00 | Сончас |
| 15.00 - 15.15 | Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры |
| 15.15 - 15.30 | Полдник |
| 15.30 – 16.00 | Самостоятельная игровая деятельность, совместная игровая деятельность / НОД фронтальное (в соответствии с сеткой занятий) |
| 16.00 - 18.00 | Гигиенические процедуры, сбор на прогулку. Прогулка |
| 18.00 - 18.30 | Гигиенические процедуры, совместная игровая деятельность, |
| 18.30 - 19.00 | Ужин, гигиенические процедуры |
| 19.00 - 19.30 | Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей |
| 19.30 - 20.00 | Кефир, купание, подготовка ко сну |
| 20.00 – 8.00 | Сон |

Режим дня №7 (для детей от 3 лет до 4 лет)

| | |
|---------------|--|
| 8.00 – 8.10 | Постепенный подъём, гигиенические процедуры |
| 8.20 – 8.30 | Зарядка |
| 8.30 – 9.00 | Завтрак, гигиенические процедуры |
| 9.00 – 9.15 | НОД фронтальное |
| 9.25 – 9.40 | НОД подгрупповое |
| 9.40 – 9.45 | Сок |
| 9.55 – 10.10 | НОД подгрупповое |
| 10.10 – 10.30 | Гигиенические процедуры .Сборы на прогулку |
| 10.30– 12.00 | Прогулка |
| 12.00 – 12.20 | Гигиенические процедуры. Обед |
| 12.20 – 12.30 | Гигиенические процедуры |
| 12.30 – 15.00 | Сончас |
| 15.00 – 15.15 | Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры |
| 15.15 – 15.30 | Полдник |
| 15.30 – 16.00 | Самостоятельная игровая деятельность, совместная игровая деятельность, индивидуальная работа |
| 16.00 – 16.10 | НОД фронтальное (в соответствии с сеткой занятий) |
| 16.10 – 16.30 | Гигиенические процедуры, сбор на прогулку |
| 16.30 –18.00 | Прогулка |
| 18.00 – 18.30 | Гигиенические процедуры, совместная игровая деятельность, |
| 18.30 – 19.00 | Ужин, гигиенические процедуры |
| 19.00 – 20.00 | Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей |
| 20.00 –21.00 | Кефир, купание, подготовка ко сну |
| 21.00 – 8.00 | Сон |