УТВЕРЖДЕНО

Приказом ГБОУ ООШ с. Стюхино

№155-ОД от 19.09.2022г.

# Положение о режиме дня

**в СП «Детский сад «Колокольчик» ГБОУ ООШ с .Стюхино**

## ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

* 1. Настоящее Положение разработано для структурного подразделения «Детский сад «Колокольчик» ГБОУ ООШ с. Стюхино (далее - ДОУ) в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155), СанПиН 2.4.3648- 20, Уставом ГБОУ ООШ с. Стюхино, учебным планом образовательного учреждения и Правилами внутреннего трудового распорядка ДОУ.
  2. Настоящее Положение регламентирует организацию режимных моментов (рациональное чередование сна, бодрствования, гигиенических и оздоровительных мероприятий) в ДОУ.

## ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОВЕДЕНИЯ РЕЖИМНЫХ МОМЕНТОВ

* 1. Цель режимных моментов – соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности в ДОУ.
  2. Задачи соблюдения режимных моментов:
     + сохранять и укреплять здоровье детей;
     + обеспечение гармоничного развития воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями;
     + оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В РЕЖИМЕ ДНЯ.

* 1. Режим работы ДОУ: пятидневная рабочая неделя:12-ти часовой с 7-00 до 19-00.
  2. Режим дня составляется на 12 часовой режим пребывания воспитанников .
  3. Организация прогулок.
     1. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется ДОУ в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.
     2. Прогулка организовывается 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.
  4. Организация питания
     1. ДОУ обеспечивает сбалансированное питание воспитанников в соответствии с их возрастом и временем пребывания в ДОУ по нормам, установленным законодательством Российской Федерации.

ВДОУ установлено 3-х разовое питание (завтрак, обед, полдник).

* + 1. Питание осуществляется в соответствии с примерным 10- ти дневным меню, которое разрабатывается на основе норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп. Прием пищи организуется с интервалом 3-4 часа.
  1. Организация сна и бодрствования.
     1. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста,12-12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Для детей от 1,5 до 3-х лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 3-х часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.
     2. На самостоятельную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3 – 4 часов.
     3. Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями.
     4. После дневного сна проводится зарядка.
  2. Организация непосредственно образовательной деятельности
     1. Организация непосредственно-образовательной деятельности воспитанников осуществляется в соответствии с образовательной программой ДОУ, с учетом санитарно- эпидемиологических правил норматив.
     2. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4 -х лет - не более 15 минут, для детей от 4 -х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.
     3. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.
     4. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25-30

минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности проводятся физкультурные минутки.

* + 1. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организовывается в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия и т. п.
    2. В летний период непосредственно образовательная деятельность не проводится. В этот период проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие мероприятия, а также прогулки, подвижные игры на свежем воздухе.

## ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ.

* 1. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года.
  2. Используются формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения.
  3. В объеме двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет предусмотрено в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы ДОУ.
  4. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:
* в младшей группе - 15 мин.,
* в средней группе - 20 мин.,
* в старшей группе - 25 мин.,
* в подготовительной группе - 30 мин.
  1. Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет круглогодично организовываются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.
  2. В теплое время года при благоприятных погодных условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию организовывается на открытом воздухе.
  3. 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.
  4. 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 ДОУ. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.
  5. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.
  6. Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

## ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

* 1. Администрация ОУ, воспитатели, младшие воспитатели, педагоги- специалисты несут ответственность за жизнь, здоровье воспитанников, реализацию в полном объеме режима дня, качество реализуемой образовательной программы, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям воспитанников.
  2. Программы, методики и режимы воспитания и обучения в части гигиенических требований допускаются к использованию при наличии санитарно-эпидемиологического заключения о соответствии их санитарным правилам.