

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад № 8 «Солнышко»

ПРИНЯТО

На заседании педагогического совета
Протокол от 27.08.2024 г №1

УТВЕРЖДЕНО

Приказ от 30.08.2024 г. №170

**Положение о режиме дня
МБДОУ «ЦРР-детский сад № 8 «Солнышко»**

1. Общие положения

1.1. Режим занятий воспитанников МБДОУ «ЦРР-детский сад № 8 «Солнышко» (далее – ДОУ) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях СанПиН 2.4.1.3049-13, Уставом ДОУ и другими локальными актами ДОУ.

1.2. Основные образовательные программы дошкольного образования реализуются в ДОУ в соответствии с расписанием образовательной деятельности, с учетом режима работы ДОУ и групп, а также режима дня, соответствующего анатомическим и физиологическим особенностям каждой возрастной группы.

1.3. Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию.

2. Режим работы ДОУ и групп

2.1. Режим работы ДОУ: пятидневная рабочая неделя. Выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни.

2.2. Дошкольные группы функционируют в режиме полного дня (12-часового пребывания) – с 7 ч 00 мин. до 19 ч 00 мин.

2.3. Каникулы. Четыре раза в год для воспитанников дошкольных групп организовываются каникулы, во время которых проводят мероприятия эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, физкультурные, художественно-эстетические мероприятия, различные виды игр, экскурсии, развлечения, досуги).

3. Распорядок дня воспитанников

3.1. Основные компоненты распорядка дня воспитанников:

- бодрствование,
- дневной сон,
- прием пищи (завтрак, обед, полдник и ужин),
- прогулка.

3.2. Распорядок дня предусматривает разнообразную образовательную деятельность дошкольников с педагогом в режимных моментах, самостоятельную деятельность по интересам и выбору детей, непрерывную образовательную деятельность,

взаимодействие с родителями и физиологические потребности детского организма (культурно-гигиенические навыки, личная гигиена, сон).

3.3. Организация режима дня проводится в каждой возрастной группе с учетом теплого и холодного периода года, каникулярного периода, активированных дней в соответствии действующими санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

3.4. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет – в соответствии с медицинскими показаниями.

3.5. Организация сна. Общая продолжительность дневного сна для детей дошкольного возраста для детей до 3 лет составляет не менее 3 часов, от 3 лет не менее 2,5 часов. Перед сном исключается проведение подвижных эмоциональных игр. Подготовка ко сну включает не только туалет и переодевание, но и определенный настрой на сон.

3.6. Организация питания. В ДООУ для детей организуется 4-х разовое питание (завтрак, обед, полдник и ужин). В промежутке между завтраком и обедом дошкольники получают дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты. Для обеспечения преемственности питания родителей (законных представителей) информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

3.7. Организация прогулки. Рекомендуемая продолжительность ежедневной прогулки детей составляет 3-4 часа в день, в первую и вторую половину дня – после дневного сна и перед уходом детей домой.

3.8. Продолжительность прогулки определяется в соответствии с климатическими условиями и временем года.

3.9. Во время прогулки с детьми проводятся наблюдение, подвижные игры, труд на участке, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа по развитию физических качеств.

3.10. Продолжительность утренней зарядки для детей должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию.

3.11. Образовательную деятельность, требующей повышенной познавательной активности и умственного напряжения, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

3.12. Если проводилась образовательная деятельность повышенной познавательной активности и умственного напряжения, то на прогулке вначале проводятся подвижные игры, затем-наблюдения. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, то прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры.

3.13. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом воспитания и обучения.

3.14. В средних и старших группах, когда организуются занятия в бассейне, в соответствии с климатическими условиями северного региона прогулка проводится перед проведением бассейна, в первой половине дня.

3.15. Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний промежуток времени и во второй половине дня ежедневно.

3.17. Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. Она является основой решения всех образовательных задач. Игровая деятельность представлена в образовательном процессе ДОО в разнообразных формах: дидактические и сюжетно-ролевые, развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды и пр. при этом обогащение игрового опыта творческих игр детей тесно связано с содержанием непрерывной образовательной деятельности. Организация сюжетно-ролевых, режиссерских, театрализованных игр и игр-драматизаций осуществляется преимущественно в режимных моментах (в утренний отрезок времени и во второй половине дня).

3.18. Режим посещения детьми ДОО в период адаптации

<i>Дни</i>	<i>Время пребывания</i>
Первые 5 дней	Совместное пребывание ребенка с мамой (или другим членом семьи) не более 2-х часов
С 6 по 10 день	1 час совместного пребывания и 1 час ребенок находится в группе без родителей
В последующие дни	Время пребывания ребенка в группе постепенно увеличивается

4. Расписание занятий воспитанников

4.1. Продолжительность непрерывной образовательной деятельности составляет не более:

- 10 мин. – от полутора до трех лет;
- 15 мин. – для детей от трех до четырех лет;
- 20 мин. – для детей от четырех до пяти лет;
- 25 мин. – для детей от пяти до шести лет;
- 30 мин. – для детей от шести до семи лет.

4.2. 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 и 1,5 часа соответственно.

4.3. Перерывы между занятиями составляют не менее 10 мин.

4.4. В середине времени, отведенного на образовательную деятельность, проводится физкультминутка. Во время занятий воспитатели проводят соответствующие физические упражнения.

5. Организация физического воспитания

5.1. Продолжительность физкультурных, физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий определяется с учетом возраста, физической подготовленности, состояния здоровья детей и времени года.

5.2. Занятия физической культурой и спортом, подвижные игры проводятся на открытом воздухе, если позволяют показатели метеорологических условий (температура, относительная влажность и скорость движения воздуха) и климатическая зона. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в физкультурном зале.

5.3. Рекомендуется использовать формы двигательной активности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные

минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажёрах, плавание и др.

5.5. Занятия по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуется не менее 3 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет не более:

- в младшей группе - 15 минут,
- в средней группе - 20 минут,
- в старшей группе - 25 минут,
- в подготовительной к школе группе - 30 минут.

5.7. С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2-3 раза в неделю.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организовывается занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе (оздоровительно-игровой час). Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

5.8. При организации плавания обучающихся используется бассейн, отвечающий санитарно-эпидемиологическим требованиям к плавательным бассейнам.

Продолжительность нахождения в бассейне в зависимости от возраста обучающихся должна составлять: в средней группе – не более 20 минут, в старшей группе – не более 25 минут, в подготовительной к школе группе – не более 30 минут. Для профилактики переохлаждения обучающихся плавание в бассейне не следует заканчивать холодной нагрузкой. **В соответствии с климатическими особенностями северного региона, после посещения бассейна обучающиеся не гуляют.**

6. Заключительные положения

6.1. Настоящее положение вступает в действие с момента утверждения и издания приказа заведующего ДОУ.

6.2. Изменения и дополнения вносятся в Положение по мере необходимости и подлежат утверждению заведующим ДОУ.

