

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
Протокол № 5 от «26» августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом МБДОУ «Детский сад № 10»  
от «26» августа 2021 г. № 131-Д

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
о режиме дня обучающихся  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад общеразвивающего вида № 10»

Тульская область, г. Новомосковск  
2021 г.

## **1. Общее положение**

1.1. Положение о режиме дня обучающихся Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 10» (далее – Положение) разработано в соответствии с:

– Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

– постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и подростков»;

– постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 28.01.2021 № 2 «Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

– Уставом образовательной организации.

1.2. Настоящее Положение регулирует режим дня обучающихся Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 10» (далее – Образовательная организация).

1.3. Положение является локальным нормативным актом, регламентирующим деятельность «Образовательной организации».

Режим работы Образовательной организации: 5-дневная рабочая неделя, нерабочие дни – суббота, воскресенье и праздничные дни.

График работы организации: с 6.30 час. до 18.30 час.

Режим работы групп: в группах общеразвивающей направленности с 6.30 до 17,30 час. и с 7.00 час. до 18.00 час., в группе компенсирующей направленности по адаптированным программам от 5-7 лет с 7.30 час. до 17.30. час.,

## **2. Организация режима дня обучающихся**

2.1. Режим работы Образовательной организации: 5-дневная рабочая неделя, нерабочие дни – суббота, воскресенье и праздничные дни.

График работы организации: с 6.30 час. до 18.30 час.

Режим работы групп: в группах общеразвивающей направленности с 6.30 до 17,30 час. и с 7.00 час. до 18.00 час., в группе компенсирующей направленности по адаптированным программам от 5-7 лет с 7.30 час. до 17.30. час.,

2.2. Все возрастные группы Образовательной организации в течение года работают по двум временным (сезонным) режимам: режим на холодный период года (с 1 сентября по 31 мая) и режим на теплый период (с 1 июня по 31 августа).

2.3. Для обучающихся, вновь поступающих в Образовательную организацию, предполагаются индивидуальные адаптационные режимы.

2.4. На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

2.5. Основные принципы построения режима дня:

– Режим дня выполняется на протяжении всего периода пребывания обучающихся в Образовательной организации, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.

– Режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника.

– Поэтому в Образовательной организации для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

2.6. Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

2.7. Организация режима дня осуществляется в соответствии с образовательной программой Образовательной организации для групп общеразвивающей направленности и в соответствии адаптированной программы Образовательной организации для группы компенсирующей направленности по адаптированной программе от 5-7 лет и с учетом санитарно-эпидемиологических правил и норм.

2.8. Режим дня составляется на каждый учебный год и утверждается приказом заведующего в августе/сентябре месяце.

2.9. Режим дня может корректироваться в зависимости от вида реализуемых образовательных программ.

2.10. Контроль выполнения режимов дня в Образовательной организации осуществляют: заведующий, медицинская сестра, заместитель заведующего.

2.11. Режим дня состоит из следующих основных неизменных компонентов:

1. бодрствование;
2. дневной сон;
3. прием пищи.

1. Бодрствование.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования обучающихся от 3 до 7 лет составляет 5,5 - 6 часов включает:

- утренний прием;
- утреннюю гимнастику;
- прогулку;
- самостоятельную деятельность;
- трудовую деятельность;
- чтение художественной литературы, занятия т.п.

*Утренний прием.*

Ежедневный утренний прием детей проводят воспитатели, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. Ежедневно в теплый период при позволяющих погодных условиях прием детей осуществляется на свежем воздухе.

*Утренняя гимнастика.*

Утренняя гимнастика для обучающихся до 7 лет составляет не менее 10 мин.

*Прогулка.*

Ежедневная продолжительность прогулки обучающихся составляет не менее 3-х ч./день. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину – после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

*Самостоятельная деятельность.*

Самостоятельная деятельность обучающихся до 7 лет включает игры, подготовку к образовательной деятельности, личную гигиену и занимает в режиме дня от 3 часов до 4 часов.

*Трудовая деятельность.*

К трудовой деятельности привлекаются обучающиеся 5-7 лет используются разные формы организации:

- самообслуживание (сервировка столов, помощь в подготовке к занятиям и т.п.);
- элементарный хозяйственно-бытовой труд;
- труд в природе.

Продолжительность трудовой деятельности составляет не более 20 мин. в день.

*Чтение художественной литературы.*

В режиме дня выделено время для ежедневного чтения детям (перед обедом, после дневной прогулки). Читать следует не только художественную литературу, но и познавательные книги, детские иллюстрированные энциклопедии, рассказы для детей по истории и культуре родной страны и зарубежных стран. Чтение книг и обсуждение прочитанного помогает воспитывать в детях социально-нравственные качества на примере литературных героев, избегая нудных и бесполезных поучений и нотаций.

При этом нельзя превращать чтение в занятие — у ребенка всегда должен быть выбор: слушать или заниматься своими делами. Задача педагога — сделать процесс чтения увлекательным и интересным для всех детей.

## 2. Дневной сон.

Продолжительность дневного сна обучающихся от 1 до 3 лет – не менее 3 часов.; от 4 до 7 лет – не менее 2,5 часа

Дневной сон организуют однократно. Во время сна обучающихся присутствие воспитателя (или помощника воспитателя) обязательно. При организации учитываются следующие *правила*:

- в момент подготовки ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин. до сна;
- перед сном не рекомендуется проводить закаливающие процедуры;
- спальню перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов.

Для быстрого засыпания рекомендуется использовать элементы рефлексотерапии или аутогенной тренировки.

Кроме того, быстрому засыпанию и глубокому сну способствуют полноценная двигательная активность в течение дня.

При пробуждении обучающимся дается возможность 5-10 мин. полежать, но не задерживать их в постели. После дневного сна рекомендуется организовывать пробуждающую гимнастику и хождение по массажным дорожкам. Гимнастика начинается в постели. Педагог начинает проводить ее с проснувшимися детьми, остальные присоединяются по мере пробуждения. Гимнастика в постели может включать такие элементы, как потягивание, поочередное и одновременное поднятие и опускание рук и ног, элементы самомассажа, пальчиковой гимнастики, гимнастики для глаз и т.п. Главное правило - исключить резкие движения, которые могут вызвать растяжение мышц, перевозбуждение, перепад кровяного давления и, как следствие, головокружение.

## 3. Прием пищи.

Прием пищи устанавливается по строго отведенному времени. В Образовательной организации организуется 4-х разовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник) в соответствии с примерным 10-ти дневным меню. Для обеспечения преемственности питания, родителей (законных представителей) обучающихся, информируют об ассортименте питания, вывешивая ежедневное меню за время их пребывания в Образовательной организации.

Время приема пищи:

- завтрак 8.30 – 9.00 час
- второй завтрак 10.30 – 11.00 час
- обед 12.00 – 13.00 час.
- полдник 15.30 час

Питьевой режим организуется ежедневно во всех группах. Вода меняется каждые 3 часа.

Питание детей организуется в помещении групповой ячейки (столовой).

При проведении режимных процессов Образовательная организация придерживается следующих *правил*:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей
- детей (в сне, питании и т.п.);

- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах;
- поощрение самостоятельности и активности.

формирование культурно-гигиенических навыков.

эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.

учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.

соблюдение двигательной активности детей с учетом индивидуальных возрастных особенностей детей.

спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон детей прямо зависят от состояния их нервной системы.

### **3. Ответственность**

Администрация Образовательной организации, педагогические работники, помощники воспитателей, педагоги-специалисты несут ответственность за жизнь, здоровье детей, реализацию в полном объеме режима дня и режима занятий, качество реализуемых образовательных программ, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям детей.

