

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
протокол № 4 от «31» мая 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
заведующим МАДОУ «Центр развития
ребенка – детский сад №32»
О.В.Захаровой
Приказ № 33 от «03» июня 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
с Советом родителей
Протокол № 4 от «03» июня 2024 г.

ПОЛОЖЕНИЕ **о режиме дня обучающихся** **МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №32»**

1. Общие положения.

1.1. Положение о режиме дня обучающихся МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №32» (далее – Положение) регламентирует организацию режимных моментов (проведение занятий, прогулок, питания, дневного сна) в МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №32».

1.2. Положение разработано в соответствии с Федеральным законом №273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 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 молодежи», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», Уставом МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №32», образовательной программой дошкольного образования МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №32».

1.3. Положение бессрочное, действует до принятия нового.

2. Цели и задачи проведения режимных моментов.

2.1. Режим дня - это физиологически обоснованное рациональное чередование периодов бодрствования и отдыха.

2.2. Умывание, питание и дневной сон - режимные моменты жизнедеятельности детей в МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №32» (далее – ДОО).

2.3. Цель режимных моментов - укрепление здоровья, профилактика заболеваний, физическое и умственное развитие детей, воспитание культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

2.4. Задачи режимных моментов:

- сохранять и укреплять здоровье детей;
- способствовать восстановлению детского организма;
- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
- способствовать повышению уровня навыков самообслуживания детей дошкольного возраста.

3. Режим работы ДОО и режим дня.

3.1. Режим работы ДОО: пятидневная рабочая неделя, с 7-00 до 19-00. Выходные дни: суббота, воскресенье, праздничные дни.

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

3.3. Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

3.4. Режим дня может меняться, однако неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

3.5. При организации режима предусматривается оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточная двигательная активность ребенка в течение дня, обеспечивается сочетание умственной и физической нагрузки. Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

3.6. Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку.

3.7. Продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3 ч./день, для детей старше 7 лет – 2 ч. /день. При температуре воздуха ниже минус 15° С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

3.8. Организация образовательного процесса:

3.8.1. Начало занятий для всех возрастных групп – не ранее 9.00

3.8.2. Окончание занятий для всех возрастных групп – не позднее 17.00

3.8.3. Продолжительность занятий для детей от 1,5 до 3 лет – не более 10 мин., от 3 до 4 лет – не более 15 мин., от 4 до 5 лет – не более 20 мин., от 5 до 6 лет – не более 25 мин., от 6 до 7 лет – не более 30 мин.

3.8.4. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 1,5 до 3 лет – не более 20 мин., от 3 до 4 лет – не более 30 мин., от 4 до 5 лет – не более 40 мин., от 5 до 6 лет – не более 50 мин. или 75 мин. при организации одного занятия после дневного сна, от 6 до 7 лет – не более 90 мин.

3.8.5. Продолжительность перерывов между занятиями – не менее 10 мин.

3.9. Продолжительность дневного сна для детей от года до 3 лет – не менее 3 ч., для детей от 4 до 7 лет – не менее 2,5 ч., для детей старше 7 лет – не менее 1,5 ч.

4. Двигательный режим.

4.1. Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

4.2. При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз и т.д., обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения.

4.3. Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях.

4.4. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения

воздуха). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

5. Режим питания.

5.1. Детям обеспечивается сбалансированное четырехразовое питание (завтрак, обед, полдник, ужин) в соответствии с их возрастом и временем пребывания в ДОО.

5.2. Питание осуществляется в соответствии с примерным двухнедельным меню.

5.3. Режим питания в ДОО:

	первые младшие группы	вторые младшие группы	средние группы	старшие группы	подготовительные группы
завтрак	8.30-9.00				
обед	11.30-12.00		12.00-12.30		
полдник	15.00-15.30				
ужин	16.30-17.00				