

ПРИНЯТО  
на заседании  
Педагогического совета  
протокол № 3  
«12» 04 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ  
Детский сад № 97  
Салимгареева Ф.А.



**Положение  
об организации режима дня  
Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
Детский сад № 97 городского округа город Уфа  
Республики Башкортостан**

**1. Общие положения.**

1.1. Положение об организации режима дня разработано в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Законом «Об образовании в Республике Башкортостан», СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организаций», Санпин 1.2.3685-21 "гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" от 28.01.2021 г., СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно –эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования», Уставом МАДОУ Детский сад № 97, другими нормативно-правовыми актами по вопросам образования, социальной защиты прав и интересов воспитанников.

1.2. Настоящее Положение регулирует организацию режима дня в группах, функционирующих в МАДОУ Детский сад № 97 городского округа город Уфа Республики Башкортостан (далее – МАДОУ).

**2. Цели и задачи режима дня.**

2.1. Основными целями и задачами режима дня являются:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности МАДОУ;
- обеспечение гармоничного развития воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями;
- построение индивидуального режима дня на каждого воспитанника в период адаптации воспитанников.

**3. Организация режима дня.**

3.1. Организация режима дня осуществляется в соответствии с образовательной программой ДОУ, санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

3.2. Режим дня составляется на 12 часовой режим пребывания воспитанников при пятидневной неделе с 07.00 до 19.00 часов на каждую возрастную группу и утверждается приказом заведующего.

3.3. Самостоятельная деятельность воспитанников в режиме дня.

3.3.1. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования воспитанников 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями.

3.3.2. Самостоятельная деятельность воспитанников 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) должна занимать в режиме дня не менее 3-4 часов.

### 3.4. Режим питания:

3.4.1. Прием пищи устанавливается по строго отведенному времени. В дошкольном образовательном учреждении организуется 4-х разовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник).

3.4.2. Для обеспечения разнообразного и полноценного питания воспитанников в дошкольных образовательных организациях и дома, родителей (законных представителей), информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой группе.

В ежедневном меню указывается наименование блюда и объем порции, а также замены блюд для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом.

3.4.3. Питьевой режим организуется во всех группах. График смены кипяченной питьевой воды установлен через каждые 3 часа.

### 3.5. Прогулки:

3.5.1. Ежедневная продолжительность прогулок детей составляет 3-4 часа.

3.5.2. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом воспитанников домой.

3.5.3. Во время прогулки с воспитанниками проводятся игры, физические упражнения, наблюдения, экскурсии, НОД.

Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением воспитанников в помещение дошкольного образовательного учреждения.

3.5.4. При температуре воздуха ниже -15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

3.5.5. В летнее время продолжительность прогулки увеличивается до 6 часов.

### 3.6. Дневной сон:

3.6.1. Общая продолжительность суточного сна для воспитанников дошкольного возраста 12-12,5 часа, из которых 2-2,5 часа отводится на дневной сон.

3.6.2. Для детей от 1,5 лет до 3 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов.

3.6.3. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закалывающих процедур.

3.6.4. Во время сна присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.

### 3.7. Непосредственно образовательная деятельность:

3.7.1. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет:

для воспитанников от 3 до 4 лет – не более 15 минут;

для воспитанников от 4 до 5 лет – не более 20 минут;

для воспитанников от 5 до 6 лет – не более 25 минут;

для воспитанников от 6 до 7 лет – не более 30 минут.

3.7.2. Для воспитанников раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 минут.

Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут).

Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

3.7.3. 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.

3.7.4. Образовательная деятельность с воспитанниками 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 статического характера проводятся физкультурные минутки.

3.7.5. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения, следует организовывать в первую половину дня.

Для профилактики утомления воспитанников рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

3.7.6. В середине учебного года (январь) организуются недельные каникулы, во время которых проводятся только занятия эстетического и оздоровительного циклов (музыкальные, физкультурные, рисование и т.п.)

3.7.7. В летний период учебные занятия не проводятся.

Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др. во время прогулки.

3.7.8. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста воспитанников и времени года.

Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах, плавание и другие.

3.7.9. С воспитанниками второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2-3 раза в неделю. С воспитанниками третьего года жизни – в групповом помещении или в физкультурном зале.

3.7.10. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для воспитанников 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 минут;
- в средней группе – 20 минут;
- в старшей группе – 25 минут;
- в подготовительной группе – 25 минут.

Один раз в неделю для воспитанников 5-7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию на открытом воздухе.

3.7.11. Закаливание воспитанников 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.

Для закаливания воспитанников основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста воспитанников, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы дошкольной организации.

При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы – постепенность систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

#### **4. Ответственность.**

4.1. Администрация, 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 образовательной деятельности возрастным, психофизиологическим особенностям воспитанников.

4.2. Программы, методики и режимы воспитания и обучения в части гигиенических требований допускаются к использованию при наличии санитарно-эпидемиологического заключения о соответствии их санитарным правилам.