

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 151» (МБДОУ № 151)
660131 г. Красноярск, ул. Воронова, 18Б, т. 220 25 95,224 01 36, e-mail: dou151@mailkrsk.ru
КПП 246501001 ИНН 2465041130 ОКПО 41070142 ОГРН 1022402486512

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол от 31.08.2023 №2

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ №151
_____/_____/_____
подпись расшифровка подписи
Приказ № 70/1 от 31.08. 2023г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме дня в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад № 151».

Красноярск, 2023

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано для муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 151» (далее МБДОУ) 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 (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования "; Приказ Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г. № 1028"Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"; СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20; Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и СП 2.4.3648-20 Уставом муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 151»(далее МБДОУ), инструкцией по охране жизни и здоровья детей.

1.2. Настоящее Положение предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребёнка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

1.3. Режим и распорядок дня устанавливаются с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений

1.4. Положение принимается Педагогическим советом МБДОУ и утверждается приказом заведующего. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждаются приказом заведующего МБДОУ.

2. Цели и задачи проведения режимных моментов

2.1. Цель режимных моментов – соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности в МБДОУ.

2.2. 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.

3. Организация образовательного процесса в режиме дня.

3.1. Режим работы МБДОУ: пятидневная рабочая неделя: 12-ти часовой с 7-00 до 19-00.

3.2. Режим дня составляется на 12 часовой режим пребывания воспитанников в группах, на каждую возрастную группу и утверждается приказом заведующего МБДОУ.

3.3. Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

3.4. Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

35.7. При организации режима следует предусматривать оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточную двигательную активность ребёнка в течение дня, обеспечивать 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.

35.8. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

35.11. Согласно СанПиН 1.2.3685-21 дошкольное учреждение может корректировать режим дня в зависимости от типа организации, и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

3.12. Режимы дня для групп, функционирующих полный день (12-часов) составлен, с учётом СанПиН 1.2.3685-21 и показателей организации образовательного процесса. В распорядке учтены требования к длительности режимных процессов (сна, образовательной деятельности, прогулки), количеству, времени проведения и длительности обязательных приемов пищи (завтрака, второго завтрака, обеда, полдника, ужина).

4. Организация прогулок.

4.1. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется МБДОУ в зависимости от климатических условий. Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

35.9. Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В тёплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребёнка .

4.2. Прогулка организовывается 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

5. Организация питания

5.1. МБДОУ обеспечивает сбалансированное питание воспитанников в соответствии с их возрастом и временем пребывания в МБДОУ по нормам, установленным законодательством Российской Федерации. В МБДОУ установлено 4-х разовое питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, уплотненный полдник).

5.2. Питание осуществляется в соответствии с примерным 20- 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.

5.3. МБДОУ может самостоятельно принимать решение о наличии второго завтрака и ужина, руководствуясь пунктами 8.1.2.1 и 8.1.2.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

при отсутствии второго завтрака калорийность основного завтрака должна быть увеличена на 5% соответственно.

при 12-часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и «уплотненного» полдника с включением блюд ужина и с распределением калорийности суточного рациона 30%.

6 Организация сна и бодрствования

6.1. 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.

Показатели организации режима дня		
Продолжительность ночного сна	1-3 года	12 часов
	4-7 лет	11 часов
Продолжительность дневного сна,	1-3 года	3 часа
	4-7 лет	2,5 часа
Продолжительность прогулок, не	для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не	все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее	все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не	до 7 лет	10 минут

6.2. На самостоятельную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3 - 4 часов.

6.3. 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.

6.4. После дневного сна проводится закаливающие процедуры и зарядка.

7. Требования к организации образовательного процесса.

7.1. Организация образовательного процесса осуществляется в соответствии с основной образовательной программой МБДОУ, с учетом санитарно-эпидемиологических правил и норматив.

7.2. Время проведения занятий, их продолжительность, длительность перерывов, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста определяются СанПиН 1.2.3685-21.

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
Начало занятий не ранее	все возрасты	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	10 минут
	от 3 до 4 лет	15 минут
	от 4 до 5 лет	20 минут
	от 5 до 6 лет	25 минут
	от 6 до 7 лет	30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	20 минут
	от 3 до 4 лет	30 минут
	от 4 до 5 лет	40 минут
	от 5 до 6 лет	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна
	от 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут

7.3. 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 статического характера проводятся физкультурные минутки.

7.4. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организовывается в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия.

7.5. Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую половину дня, может включать:

элементарную трудовую деятельность детей (уборка групповой комнаты; ремонт книг, настольно-печатных игр; стирка кукольного белья; изготовление игрушек-самоделок для игр малышей);

проведение зрелищных мероприятий, развлечений, праздников (кукольный, настольный, теневой театры, игры-драматизации; концерты; спортивные, музыкальные и литературные досуги и другое);

игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие);

опыты и эксперименты, практико-ориентированные проекты, коллекционирование и другое;

чтение художественной литературы, прослушивание аудиозаписей лучших образцов чтения, рассматривание иллюстраций, просмотр мультфильмов и так далее;

слушание и исполнение музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения, музыкальные игры и импровизации;

организация и (или) посещение выставок детского творчества, изобразительного искусства, мастерских; просмотр репродукций картин классиков и современных художников и другого;

индивидуальную работу по всем видам деятельности и образовательным областям;

работу с родителями (законными представителями).

Во вторую половину дня педагог организывает культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в разных видах деятельности.

7.6. В середине года (конец декабря – начало января) для воспитанников МБДОУ организуются каникулы, во время которых проводят непосредственно образовательную деятельность только эстетически-

оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительной деятельности).

7.7. В дни каникул и 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.

8. Двигательный режим.

8.1. Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

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

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

проведение 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) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

8.2. В теплое время года при благоприятных погодных условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию организовывается на открытом воздухе.

8.3. 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.

8.4. Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

8.5. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

4.10. Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

9. Ответственность

9.1. Администрация МБДОУ, 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.

9.2. Программы, методики и режимы воспитания и обучения в части гигиенических требований допускаются к использованию при соблюдении санитарным правилам и норм.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 151"**, Муслимова Оксана Анатольевна,
Заведующий

17.05.24 06:26 (MSK)

Сертификат 6FE414875DE5CB4E007EE29F450123F7