

ПРИНЯТО  
на общем собрании работников,  
протокол № 2 от 08.11.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом заведующего  
МБДОУ д/с № 1 г. Починка  
№ 102 а от 08.11.2022 г.  
\_\_\_\_\_ Е.М. Чижова

## **Положение о режиме дня в МБДОУ д/с № 1 г. Починка**

### **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме дня в МБДОУ д/с № 1 г. Починка разработано в соответствии с Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, утвержденные Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28, ФГОС ДО; Уставом МБДОУ д/с № 1 г. Починка,

1.2. Настоящее Положение регулирует организацию режима дня в группах, функционирующих в МБДОУ д/с № 1 г. Починка (далее - Учреждение).

### **2. Цель и задачи режима**

2.1. Основная цель:

- Сохранение физического и психического здоровья ребенка.

2.2. Задачи:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности в Учреждении;

- обеспечение гармоничного развития воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями;

- построение индивидуального режима дня каждого воспитанника в период адаптации воспитанников к Учреждению.

### **3. Организация режима дня**

3.1. Учреждение функционирует в режиме:

- неполного рабочего дня (10-часового пребывания),

3.2. Режим работы Учреждения:

- пятидневная рабочая неделя;

- часы работы – с 7.45 до 17.45;

- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации;

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

3.4. Самостоятельная деятельность воспитанников в режиме дня.

3.4.1. На самостоятельную деятельность воспитанников 3-8 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

3.4.2. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования воспитанников 3 - 8 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

3.4.3. Общественно-полезный труд воспитанников старшего возраста проводится в форме самообслуживания (дежурство по столовой, помощь в подготовке к занятиям, уход за растениями и животными и др.). Его продолжительность не должна превышать 20 мин. в день.

3.4. Режим питания.

3.4.1. Прием пищи устанавливается по строго отведенному времени. В Учреждении организуется трехразовое питание (завтрак, обед, полдник).

В промежутке между завтраком и обедом проводится дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты.

3.4.2. Для обеспечения преемственности питания родителей (законных представителей) информируют об ассортименте питания воспитанника, вывешивая ежедневное меню за время его пребывания в Учреждении.

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

### 3.5. Прогулки.

3.5.1. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

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

3.5.3. Во время прогулки с воспитанниками проводятся игры, физические упражнения, наблюдения, экскурсии, занятия. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением воспитанников в помещение дошкольного образовательного учреждения.

3.5.4. 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. Для воспитанников от 1,6 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов.

3.6.2. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур.

3.6.3. Воспитанников, которые долго засыпают и чутко спят, рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними.

3.6.4. Во время сна в спальне обязательно должен присутствовать воспитатель (или младший воспитатель), который несет ответственность за гигиену сна, охрану жизни и здоровья воспитанников во время сна.

3.6.5. После дневного сна ежедневно организуются пробуждающая зарядка.

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

Используются формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, логоритмика и другие.

## 4. Ответственность.

4.1. Администрация Учреждения, воспитатели, младшие воспитатели, педагоги-специалисты несут ответственность за жизнь, здоровье воспитанников, реализацию в полном объеме режима дня, соответствие режима дня возрастным, психофизиологическим особенностям воспитанников.