

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ гимназии

Байменова г.Похвистнево

Г.И.Павлова

Принято: М.П. № 1-од от «01» сентября 2022г.



## ПОЛОЖЕНИЕ

### О РЕЖИМЕ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ

**СП «Детский сад Сказка», СП «Детский сад Лад»  
государственного бюджетного общеобразовательного  
учреждения Самарской области гимназии имени  
Заслуженного учителя Российской Федерации  
Сергея Васильевича Байменова города Похвистнево  
городского округа Похвистнево Самарской области**

Принято:

Педагогическим советом

Протокол № 1

«01» сентября 2022г.

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее положение разработано для СП «Детский сад Сказка», СП «Детский сад Лад» ГБОУ гимназии им.С.В.Байменова города Похвистнево (далее СП) в соответствии с разработаны в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 N 1014 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования", на основе документа «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» СанПин 2.4.1.3049-13, Устава ГБОУ гимназии им.С.В.Байменова, учебного плана, Правил внутреннего распорядка воспитанников, инструкцией по охране жизни и здоровья детей.

1.2. Настоящее положение регламентирует организацию режима дня в СП.

1.3. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждается директором ГБОУ гимназии им.С.В.Байменова города Похвистнево.

1.4. Срок данного Положения не ограничен. Данное Положение действует до принятия нового.

## **2. Цели и задачи**

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

2.2. Умывание, питание и дневной сон, прогулка, НОД, свободная деятельность – режимные моменты жизнедеятельности детей в СП.

2.3. Цель: сохранение физического и психического здоровья ребенка при организации образовательного процесса.

2.4. Задачи:

- способствовать соблюдению гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности СП;
- обеспечить гармоничное развитие воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями;
- создать режим дня для каждого воспитанника индивидуальные условия в период адаптации.

## **3. Режим работы**

3.1. СП работает по 5-дневной рабочей недели.

3.2. СП функционирует в режиме полного дня: с 7.00 до 19.00. (12 часов).

3.3. В субботу, воскресенье и праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации, ГБДОУ не работает.

3.4. Содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования определяют образовательная программа дошкольного образования (далее ОПДО) и адаптированная образовательная программа дошкольного образования (далее – АОПДО).

3.5. Занятия проводятся в соответствии с санитарно-гигиеническими правилами, возрастом воспитанников и расписанием непрерывной образовательной деятельности воспитателя с детьми, утвержденным руководителем СП.

3.6. 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.

3.7. Прогулка осуществляется в соответствии с Положением об организации прогулок с воспитанниками.

3.8. СП обеспечивает сбалансированное питание воспитанников в соответствии с их возрастом и временем пребывания в СП по нормам, установленным законодательством Российской Федерации.

3.9. Питание осуществляется в соответствии с перспективным меню на 10 дней, которое разрабатывается на основе норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп, утвержденным руководителем СП.

3.10. Организуется прием пищи с интервалом 3-4 часа и дневной сон. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часа, из которых 2-2,5 часа отводится на дневной сон. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.

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

3.12. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет – не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет – не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет – не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет – не более 30 минут.

3.13. 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.

3.14. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

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

3.16. В адаптационный период в течении 1 месяца с воспитанниками НОД не проводится.

#### **4. Двигательный режим**

4.1. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

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

4.3. В объеме двигательной активности воспитанников 5-7 лет предусмотрено в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы СП.

4.4. Непосредственно-образовательная деятельность (НОД) по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность НОД по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет не более:

- в младшей группе – 15 мин.,
- в средней группе – 20 мин.,
- в старшей группе – 25 мин.,
- в подготовительной группе – 30 мин.

4.5. Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организовываются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

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

4.7. 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.

4.8. Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы СП. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы – постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

4.9. 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.

## **5. Организация работы в летний оздоровительный период.**

5.1. Организация работы в летний оздоровительный период (далее – ЛОП) регламентируется планом работы на ЛОП и режимом дня утвержденным руководителем СП.

5.2. В ЛОП увеличивается время пребывания воспитанников на свежем воздухе за счет переноса совместной деятельности детей и взрослых на прогулку.

5.3. В период ЛОП непосредственно образовательная деятельность не проводится. В этот период проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие мероприятия.

## **6. Ответственность**

6.1. Администрация СП, воспитатели, помощники воспитателей, педагогические специалисты несут ответственность за жизнь, здоровье детей, реализацию в полном объеме учебного плана, качество реализуемых образовательных программ, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям воспитанников.

## **7. Заключительные положения**

7.1. Настоящее Положение вступает в силу с даты его утверждения директором ГБОУ и действует до отмены и/или принятия нового Положения.

7.2. Изменения и дополнения, внесенные в настоящее Положение, если иное не установлено, вступают в силу в порядке, предусмотренном для Положения. Изменения и дополнения, внесенные в настоящее Положение, доводятся до сведения указанных в нем лиц не позднее двух недель с момента вступления его в силу.