

Принято:
На педагогическом совете
МДОУ детский сад №5 «Тополёк»
Протокол №3 от 29.12.2015г.

Утверждаю:
заведующий МДОУ
детский сад №5
И.В.Косенко
Приказ №76 от 29.12.2015



**Положение о режиме дня
муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №5 «Тополёк», с.Варениковское, Степновского
муниципального района Ставропольского края**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме дня в дошкольном образовательном учреждении (далее – Положение) разработано для муниципального дошкольного образовательного учреждения «детский сад №5 «Тополёк», с.Варениковское, Степновского муниципального района Ставропольского края (далее – ДОУ) в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года, Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 года №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (вместе с СанПиН 2.4.1.2049-13 Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы.....» зарегистрировано в Минюсте России 29.05.2013г. №28564), Уставом МДОУ детский сад №5 «Тополёк», инструкцией по охране жизни и здоровья детей, режимом воспитания и обучения детей, реализуемой программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы.

1.2. Положение принимается Педагогическим Советом Учреждения и утверждается приказом заведующего Учреждения. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждаются приказом заведующего Учреждения.

1.3. Настоящее Положение регламентирует организацию режимных моментов (проведение ООД, прогулки, питания, дневного сна) в Учреждении.

1.4. Положение распространяется на деятельность всех работников ДОУ, осуществляющих профессиональную деятельность в соответствии с трудовыми договорами, в том числе на работников, работающих по совместительству.

1.5. Срок данного Положения не ограничен. Положение 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 Учреждении.

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. Организация деятельности учреждения

3.1. Учреждение работает по пятидневной рабочей неделе с 10.30 часовым пребыванием, с 7.30 до 18.00. Суббота, воскресенье, праздничные дни считаются выходными днями. Продолжительность учебного года с 01 сентября предыдущего по 31 мая последующего года.

3.2. 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.

3.3. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок детей составляет не менее 4-4,5 часов. В летнее время продолжительность прогулки увеличивается до 6 часов. Продолжительность прогулки определяется Учреждением в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 15 м/с для детей 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20°С и скорости ветра более 15 м/с. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещение Учреждения.

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

3.5. Учреждение обеспечивает сбалансированное питание воспитанников в соответствии с их возрастом и временем пребывания в Учреждении по нормам, установленным законодательством Российской Федерации. В Учреждении установлено четырехразовое питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник).

3.6. Питание осуществляется в соответствии с примерным двухнедельным меню, которое разрабатывается на основе норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп, утвержденным заведующим Учреждением.

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

3.8. Питьевой режим организуется во всех группах. График смены воды установлен через каждые 2 часа.

3.9. Общая продолжительность суточного сна для воспитанников дошкольного возраста 10 часов, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Для воспитанников от 2 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Детей с трудным засыпанием и чутким сном рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. После дневного сна ежедневно организуются пробуждающая зарядка.

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

3.11. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, для детей дошкольного возраста составляет: в младшей группе (дети четвертого года жизни) – 2 часа 45 минут, в средней группе (дети пятого года жизни) – 4 часа, в старшей группе (дети шестого года жизни) – 6 часов 15 минут, в подготовительной (дети седьмого года жизни) – 8 часов 30 минут.

Продолжительность организованно - образовательной деятельности для детей 3-го года жизни составляет не более 8 минут, 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.

3.12. 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 организованно - образовательной деятельности - не менее 10 минут.

3.13. Организованно - образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла должна занимать не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность. Организованно - образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуют не менее 3 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе – 15 минут;

- в средней группе – 20 минут;
- в старшей группе – 25 минут;
- в подготовительной группе – 30 минут.

3.14. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 30 минут в день. В середине организованно - 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 и т. п.

3.16. В середине года (январь) для воспитанников Учреждения организуются недельные каникулы, во время которых проводят образовательную деятельность только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

3.17. В дни каникул и в летний период организованно - образовательная деятельность не проводится. В этот период проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие мероприятия, а также прогулки на свежем воздухе.

3.18. Непрерывная длительность просмотра телепередач и диафильмов в младшей и средней группах – не более 20 минут, в старшей и подготовительной – не более 30 минут. Просмотр телепередач для детей дошкольного возраста допускается не чаще 2 раз в день (в первую и вторую половину дня).

3.19. Общественно-полезный труд детей старшей и подготовительной групп проводится в форме самообслуживания, элементарного хозяйственно-бытового труда и труда на природе (сервировка столов, помощь в подготовке к занятиям). Его продолжительность не должна превышать 20 минут в день.

3.20. Содержание образовательного процесса в Учреждении определяется программой дошкольного образования. Учреждение самостоятельно в выборе форм, средств и методов обучения и воспитания в пределах, определенных Законом Российской Федерации «Об образовании».

3.21. Образовательные программы реализуются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

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.

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 Учреждения.

4.4. 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.

4.5. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организовано - образовательная деятельность по физическому развитию организовывается на открытом воздухе.

4.6. Закаливание детей включает комплекс мероприятий: 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.

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

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

4.9. Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинского персонала.