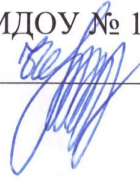


СОГЛАСОВАНО  
председатель родительского  
комитета  
МДОУ № 105 «Полянка»  
  
Чиркова И.П.



УТВЕРЖДЕНО  
приказом заведующего  
МДОУ № 105 «Полянка»  
№ 163-ОД от 28.06.2023

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме дня воспитанников**  
**Муниципального дошкольного образовательного**  
**учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 105 «Полянка»**

**I. Общие положения**

1.1. Режим дня воспитанников Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 105 «Полянка» (далее – МДОУ) установлен на основе «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» Сан.Пин 2.4.1.3049-13 в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с последующими изменениями, Уставом МДОУ № 105 «Полянка», учебным планом и Правилами внутреннего распорядка МДОУ, другими нормативными правовыми актами по вопросам образования, социальной защиты прав и интересов детей.

1.2. Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в МДОУ и соответствует возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника.

**II. Организация непосредственно образовательной деятельности**

2.1. Образовательный процесс осуществляется в соответствии с Основной образовательной программой МДОУ.

2.2. Максимально допустимый объем недельной непосредственно образовательной деятельности составляет:

- для детей раннего возраста до 3 лет – 10 занятий в неделю, продолжительностью не более 8-10 мин.;
- для детей дошкольного возраста от 3 до 4 лет – 11 занятий в неделю, продолжительностью не более 15 мин.;
- для детей дошкольного возраста от 4 до 5 лет – 11 занятий в неделю продолжительностью не более 20 мин.
- для детей дошкольного возраста от 5 до 6 лет – 13 занятий в неделю продолжительностью не более 25 мин.
- для детей дошкольного возраста от 6 до 7 лет – 14 занятий в неделю продолжительностью не более 30 мин.

2.3. В группах раннего возраста допускается проводить одно занятие в первую и одно занятие во вторую половину дня. В теплое время года максимальное количество занятий проводится во время прогулки.

2.4. Максимально допустимое количество занятий в первой половине дня в младших и средних группах не превышает 2-х (30 и 40 мин. соответственно), в старшей и подготовительной – 3-х занятий (45 мин. и 1,5 часа соответственно).

2.5. 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.

2.6. Перерыв между занятиями составляет не менее 10 мин. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

### **III. Организация самостоятельной деятельности**

3.1. Под самостоятельной деятельностью воспитанников понимается:

– свободная деятельность детей в условиях созданной педагогами предметно-развивающей образовательной среды, обеспечивающая выбор каждым ребенком деятельности по интересам и позволяющая ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена и др.);

– организованная воспитателем деятельность детей, направленная на решение задач, связанных с интересами других людей (эмоциональное благополучие других людей, помощь другим в быту и др.).

3.2. Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет составляет не менее 3-4 часов.

### **IV. Организация сна**

4.1. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста составляет 12-12,5 часов, из которых 2,0-2,5 часа отводят дневному сну. Для детей до 3 лет дневной сон должен составлять не менее 3-х часов.

4.2. При организации сна соблюдаются следующие правила:

– в момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.

– спальню перед сном проветривается со снижением температуры воздуха в помещении на 2-4 градуса;

– во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно;

– необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

### **V. Организация прогулки**

5.1. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня (после дневного сна или перед уходом детей домой). Выход на прогулку осуществляется по подгруппам.

5.2. Продолжительность прогулки определяется МДОУ в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. При более низких температурах прогулка может быть отменена.

Прогулка не проводится для детей до 4 лет при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 15 м/с; для детей 5-7 лет – при температуре воздуха ниже минус 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

5.3. Прогулка состоит из следующих частей:

- наблюдение,
- подвижные игры,
- труд на участке,
- самостоятельная игровая деятельность детей,
- индивидуальная работа с детьми по развитию физических качеств.

Последовательность разных видов деятельности детей на прогулке зависит от предыдущего занятия и погодных условий. Так, если в холодное время дети находились на занятии, требующем больших умственных усилий, усидчивости, на прогулку необходимо начать с подвижных игр, пробежки, а затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, то начинают с наблюдений, спокойных игр.

## **VI. Организация питания**

6.1. В МДОУ для детей организуется 5-ти разовое питание. Контроль за качеством питания (разнообразием), витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, санитарным состоянием пищеблока, правильностью хранения, соблюдением сроков реализации продуктов возлагается на старшую медицинскую сестру ДОУ.

6.2. Для обеспечения преемственности в питании дошкольников родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

6.3. В процессе организации питания решаются задачи гигиены и правил приема пищи:

- мыть руки перед едой,
- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать,
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой,
- после окончания еды полоскать рот.

6.4. В организации питания, начиная со средней группы, принимают участие дежурные воспитанники группы. Работа дежурных сочетается с работой каждого ребенка: дети сами убирают за собой тарелки, а салфетки собирают дежурные.

## **VII. Организация двигательной активности**

7.1. В МДОУ созданы условия для двигательной активности детей в течение всего периода пребывания:

- оборудованы физкультурный и музыкальный залы, спортивная площадка;
- физкультурное оборудование есть в наличии на участках всех групп,
- во всех группах оборудованы физкультурные уголки и имеется достаточное пространство для активного передвижения детей;
- организован гибкий режим дня, используются вариативные формы образовательной деятельности (фронтально, по подгруппам), достаточное время уделяется самостоятельной двигательной активности дошкольников.

7.2. В МДОУ используются следующие формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика и другие.