«ПРИНЯТО»
На общем собрании работников
СП ГБОУ СОШ с. Летниково
Протокол № 1 от 10.03.2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
и.о. директора ГБОУ СОШ с. Летниково
_____Дремова Т. Н.
Приказ № 128- од от 24.03.2023 г.

Подписан: Дремова Т.Н., и.о. директора школы
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: ГБОУ СОШ с. Летниково
Дата: 2023.04.12 22:18:25+04'00'

Положение о режиме дня

В СП ГБОУ СОШ с.Летниково

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее Положение разработано для СП ГБОУ СОШ с. Летниково (далее - СП) в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольногообразования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155), СанПиН 2.4.3648-20, Уставом ГБОУ СОШ с. Летниково, учебным планом образовательного учреждения и Правилами внутреннего трудового распорядка СП.

1.2. Настоящее Положение регламентирует организацию режимных моментов (рациональное чередование сна, бодрствования, гигиенических и оздоровительных мероприятий) в СП.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОВЕДЕНИЯ РЕЖИМНЫХ МОМЕНТОВ

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

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 СП ГБОУ СОШ с. Летниково: пятидневная рабочая неделя:12-ти часовой с 7-00 до19-00.

3.2. Режим дня составляется на 12 часовой режим пребывания воспитанников в группах, на каждую возрастную.

3.3. Организация прогулок.

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

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

3.4. Организация питания

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

СП установлено 4-х разовое питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, уплотненный полдник).

3.4.2. Питание осуществляется в соответствии с примерным 10-ти дневным меню, которое разрабатывается на основе норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей 3- 7 лет. Прием пищи организуется с интервалом 3-4 часа.

3.5. Организация сна и бодрствования.

3.5.1. 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.

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

3.5.3. 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.

3.5.4. После дневного сна проводится закаливающие процедуры и зарядка.

3.6. Организация непосредственно образовательной деятельности

3.6.1. Организация непосредственно-образовательной деятельности воспитанников осуществляется в соответствии с основной образовательной программой СП ГБОУ СОШ с. Летниково, с учетом санитарно- эпидемиологических правил норматив.

3.6.2. 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.

3.6.3. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней подгруппах 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.

3.6.4. 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.

3.6.5. 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.

3.6.6. 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, подвижные игры на свежем воздухе.

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 СП.

4.4. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детейи составляет:

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

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

4.6. В теплое время года при благоприятных погодных 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. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

5.1. Администрация СП ГБОУ СОШ с. Летниково, воспитатели несут ответственность за жизнь, здоровье воспитанников, реализацию в полном объеме режима дня, качество реализуемой основной образовательной программы, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям воспитанников.

5.2. Программы, методики и режимы воспитания и обучения в части гигиенических требований допускаются к использованию при наличии санитарно-эпидемиологического заключения о соответствии их санитарным правилам.