

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение прогимназия № 698
Московского района Санкт-Петербурга «Пансион»
(ГБОУ прогимназия № 698 Московского района Санкт-Петербурга «Пансион»)

ПРИНЯТО
Решением Совета
Образовательного учреждения
Протокол №5 от 15.05.2023



**Положение о режиме дня
воспитанников Дошкольного отделения**

1. Общие положения

1. Настоящее Положение о режиме дня в дошкольном отделении ГБОУ прогимназии № 698 Московского района Санкт-Петербурга «Пансион» (далее – ДО ОУ) разработано в соответствии с:
 - Федеральным Законом от 21.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
 - Приказом Минобрнауки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении ФГОС дошкольного образования с изменениями от 8.11.2022 года (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2022 № 955);
 - Приказом Минпросвещения РФ от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» с изменениями от 1.12.2022 года (Приказ Минпросвещения РФ от 01.12.2022 № 1048)
 - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
 - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
 - Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809).
 - Уставом ОУ.
- 1.2. Настоящее Положение регламентирует организацию режимных моментов (проведение занятий, прогулок, питания, дневного сна) в ДО ОУ.

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 ОУ.
- 2.3. Цель режимных моментов – укрепление здоровья, профилактика заболеваний, физическое и познавательное социально-коммуникативное, художественно-эстетическое 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 формированию навыков самообслуживания детей дошкольного возраста.

3. Режим работы ОУ

- 3.1. Режим работы ОУ: пятидневная рабочая неделя: 12 часов в сутки с 8-00 до 20-00.
- 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 составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.
- 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. ДО ОУ обеспечивает сбалансированное питание воспитанников в соответствии с их возрастом и временем пребывания в ОУ по нормам, установленным законодательством Российской Федерации. В ОУ установлено четырехразовое питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, уплотненный 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 руководителем ОУ.
- 3.7. Организуется прием пищи с интервалом 3 - 4 часа. 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.
- 3.8. На самостоятельную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3 - 4 часов.
- 3.9. Продолжительность образовательной деятельности (занятий) 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.
- 3.10. 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. Между занятиями проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами образовательной деятельности - не менее 10 минут.
- 3.11. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна.

3.12. 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.

3.13. В начале января для воспитанников организуются недельные каникулы.

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 конце каждого месяца в ДО ОУ организуются Дни Здоровья.

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 детей и составляет:

- 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 физкультурные занятия проводятся 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 ОУ. 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. Режим дня в летний период

5.1. В летний период увеличивается продолжительность пребывания детей на свежем воздухе, проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие мероприятия, а также прогулки на свежем воздухе.

6. Ответственность

6.1. Администрация ОУ, воспитатели, помощники воспитателей, специалисты ДО ОУ несут ответственность за охрану жизни и здоровья воспитанников, реализацию в полном объеме учебного плана, качество реализуемых образовательных программ, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям детей.

