



**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 131
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Решением общего собрания работников
ГБДОУ детского сада №131
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «11» января 2021 г № 3

с учетом мнения Совета родителей

ГБДОУ детского сада №131
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «11» января 2021 г № 3

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №131
Адмиралтейского района СПб
Е.А.Фаустова
от «11» января 2021 г № 1/3



**ПОЛОЖЕНИЕ
О РЕЖИМЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ВОСПИТАННИКОВ**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме непрерывной образовательной деятельности и учебной нагрузке воспитанников (далее – Положение) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №131 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга (далее - ГБДОУ) разработано на основе:

- ст. 30 ч.2, ст.41 ч. 1 п.3 Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдых и оздоровления детей и молодежи»;
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 года № 1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ;
- Устава ГБДОУ;
- годового календарного учебного графика.

1.2. Настоящее Положение регламентирует общий режим работы ГБДОУ, организацию обучения по образовательной программе дошкольного образования (далее – ОП); дополнительных общеразвивающих программ; организацию режимных моментов, двигательной активности

1.3. Положение разработано с целью обеспечения охраны здоровья воспитанников в ходе образовательного процесса.

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 ГБДОУ №131.

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. Режим работы ГБДОУ №131

3.1. Режим работы ГБДОУ №131: пятидневная рабочая неделя: 12 часов в сутки с 7-00 до 19-00

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. ГБДОУ №131 обеспечивает сбалансированное питание воспитанников в соответствии с их возрастом и временем пребывания, по нормам, установленным: законодательством Российской Федерации. В ГБДОУ №131 установлено четырехразовое питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник.)

3.6. Питание осуществляется в соответствии с примерным десятидневным: меню, которое разрабатывается на основе норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп, утвержденным заведующим ГБДОУ №131.

3.7. 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. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. 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, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3-4 часов. Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность НОД не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

3.9. Продолжительность НОД для детей от 2 до 3 лет – 10 минут, 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 - 50 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на НОД, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами НОД - не менее 10 минут.

3.11. НОД 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 НОД статического характера проводятся физкультурные минутки.

3.12. НОД, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организовывается в первую половину дня.

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, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения и др.

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 ГБДОУ №131.

4.4. С детьми второго и третьего года жизни НОД по физическому развитию осуществляют по подгруппам 3 раза в неделю. Третье занятие проводится в физкультурном зале в игровой форме.

Рекомендуемое количество детей в группе для занятий по
физическому развитию и их продолжительность в зависимости
от возраста детей в минутах

	Возраст детей		
	от 1,5 до 2 лет	от 2 до 3 лет	старше 3 лет
Число детей	4-6	8 - 12	Вся группа
Длительность занятия	8 - 10	10	В соответствии с возрастом

4.5. НОД по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Третье занятие проводится в физкультурном зале в игровой форме. Длительность НОД по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в группе раннего возраста – 10 мин
- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

4.6. Закаливание детей включает комплекс мероприятий, предусмотренный в системе оздоровительной работы ГБДОУ №131: правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде, умывание прохладной водой, использование здоровьесберегающих педагогических технологий.

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 ГБДОУ №131. 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 медицинских работников.