

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №379» городского округа Самара
(МБДОУ «Детский сад №379» г.о.Самара)

Россия, 443066, г. Самара, ул.Георгия Ратнера, д.6 а,
тел.(846)222-57-96,e-mail: sdo.ds379@63edu.ru

«Принято»
Общее собрание работников
МБДОУ
«Детский сад № 379» г. о. Самара
Протокол №2 от 05.09.2025



«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 379» г.о. Самара
О.А. Ежова
Приказ № 116 05.09.2025

«Согласовано»
Заседание совета родителей
Протокол № 2 от 05.09.25

Положения
о режиме дня и организации воспитательно-образовательного процесса
МБДОУ «Детский сад № 379» г. о. Самара

Самара 2025

1. Общее положение.

1.1. Положение о режиме дня и организации воспитательно-образовательного процесса в МБДОУ «Детский сад № 379» г.о. Самара (далее МБДОУ) разработано в соответствии с:

- Приказом Минпросвещения РФ от 01.12.2022 № 1048 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам- образовательным программам дошкольного образования»;
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (ФОП ДО), утвержденной приказом Минпросвещения РФ от 25.11.2022 № 1028;
- СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28;
- СанПиН 1.2.36865-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача от 28.01.2021 № 2

1.2. Положение о режиме организационной образовательной деятельности (ООД) и учебной нагрузке воспитанников МБДОУ (далее по тексту положения) разработано с целью обеспечения охраны здоровья воспитанников в ходе образовательной деятельности.

1.3. Положение регламентирует режим дня и режим организованной образовательной деятельности (ООД) распределяет учебную нагрузку и является обязательным для МБДОУ «Детский сад № 379» г.о. Самара

2. Режим функционирования.

- 2.1. Режим работы Детского сада -пятидневный.
- 2.2. Часы работы -7.00-19.00
- 2.3. Выходные дни – суббота, воскресенье, праздничные нерабочие дни в соответствии с Трудовым кодексом Российской Федерации.

3. Режим дня воспитанников.

3.1. Основными компонентами режима в ДОУ являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

3.2. Дети, соблюдающие режим дня, более уравновешены и работоспособны, у них постепенно вырабатываются определенные биоритмы, система условных рефлексов, что помогает организму ребёнка физиологически переключаться между теми или иными видами деятельности, своевременно подготавливаться к каждому этапу: приему пищи, прогулке, занятиям, отдыху. Нарушение режима отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.

3.3. Приучать детей выполнять режим дня необходимо с раннего возраста, когда легче всего вырабатывается привычка к организованности и порядку, активной деятельности и правильному отдыху с максимальным проведением его на свежем воздухе. Делать это необходимо постепенно, последовательно и ежедневно.

3.4. Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой

длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

3.5. Режим — это организация жизни и деятельности детей дошкольного возраста в зависимости от их возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей, предусматривающая личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности.

3.6. Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В тёплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей. На свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

3.7. Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. Прогулка не проводится при скорости ветра более 15 м/с и температуре воздуха ниже 15°C 2 - 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

3.8. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

3.9. Продолжительность дневного сна не менее: для детей 1 - 3 года 3 часа; 4-7 лет составляет 2,5 часа.

Продолжительность ночного сна не менее: для детей 1 - 3 года составляет 11 часов.

3.10. Суммарная продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3 часа в день. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня — после дневного сна или перед уходом детей домой.

3.11. Суммарный объём двигательной активности, не менее 1 часа в день.

3.12. Утренняя зарядка продолжительностью не менее 10 мин.

3.13. В Детском саду организуется четырех - пяти разовое питание: завтрак, второй завтрак (рекомендуемый), обед, полдник и ужин. Прием пищи с интервалом не более 3 - 4 часа. Возможна организация как отдельного полдника, так и «уплотненного» полдника с включением блюд ужина и с распределением калорийности суточного рациона 30%.

3.14. Питание осуществляется в соответствии с примерным десятидневным меню, которое разрабатывается на основе норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей всех возрастных групп, утвержденным заведующим МБДОУ.

3.15. При организации режима предусматривается оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточную двигательную активность ребёнка в течение дня, обеспечивать сочетание умственной и физической нагрузки.

4. Организация образовательного процесса.

4.1. Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

4.2. Начало занятий не ранее 8.00 час., окончание занятий не позднее 17.00 час.

4.3. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей:

— от 1,5 до 3 лет - 10 минут

— от 3 до 4 лет - 15 минут,

— от 4 до 5 лет - 20 минут,

— от 5 до 6 лет - 25 минут,

— от 6 до 7 лет - 30 минут.

4.4. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей

дошкольного возраста, не более:

- от 1,5 до 3 лет - 20 минут
- от 3 до 4 лет - 30 минут
- от 4 до 5 лет - 40 минут
- от 5 до 6 лет — 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна
- от 6 до 7 лет - 90 минут.

4.5. Продолжительность перерывов между занятиями - 10 минут

4.6. Перерыв во время занятий для гимнастики (физкультурные минутки), не менее 2-х минут.

4.7. В тёплый период времени допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

4.8. Занятия по дополнительному образованию (студии, кружки, секции и т.п.) для детей дошкольного возраста недопустимо проводить за счёт времени, отведённого на прогулку и дневной сон. Их проводят:

- для детей 3-4 лет - не чаще 1 раза в неделю продолжительностью не более 15 минут;
- для детей 4-5 лет - не чаще 2 раз в неделю продолжительностью не более 20 минут;
- для детей 5-6 лет - не чаще 2 раз в неделю продолжительностью не более 25 минут;
- для детей 6-7 лет не чаще 2 раз в неделю продолжительностью не более 30 минут.

5. Режим занятий с применением электронных средств обучения

5.1. Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от пяти лет и старше.

5.2. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях составляет:

Электронное средство обучения	Возраст воспитанника	Продолжительность, мин., не более	
		На одном занятии	В день
Интерактивная доска	5-7	7	20
Интерактивная панель	5-7	5	10
Персональный компьютер, ноутбук	6-7	15	20
Планшет	6-7	10	10

5.3. Для воспитанников 5-7 лет продолжительность непрерывного использования: экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадах воспитанниками, составляет 5-7 минут;

- наушников составляет не более часа. Уровень громкости устанавливается до 60 процентов от максимальной.

5.4. Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз.

6. Требования к организации физического воспитания

6.1. Формами двигательной деятельности детей в МБДОУ являются утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика и другие.

6.2. В объеме двигательной активности воспитанников 5-7 лет предусматривается в организованных формах оздоровительно - воспитательная деятельность 6-8 часов в

неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы МБДОУ.

6.3. Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю.

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

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

6.6. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную Деятельность по физическому развитию организовывается на открытом воздухе.

6.7. В течение всего года в МБДОУ проводится закаливание воспитанников. Закаливание включает комплекс мероприятий: правильно организованная прогулка; физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе.

7. Ответственность.

7.1. МБДОУ несет в установленном законодательством РФ порядке ответственность за жизнь и здоровье воспитанников.

7.2. МБДОУ самостоятельно в выборе форм, средств, методов обучения и воспитания в пределах определенных ФЗ «Об образовании в РФ» и Уставом МБДОУ.

8. Документация.

8.1. Учебный план разрабатывается самостоятельно ежегодно, утверждается руководителем МАДОУ и регламентируется расписанием НОД.

8.2. Расписание НОД составляется самостоятельно, ежегодно и утверждается руководителем МБДОУ в соответствии с:

— Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи;

— Федеральной образовательной программой дошкольного образования (ФОП ДО), утверждённой приказом Минпросвещения РФ от 25.11.2022 № 1028.