

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение -  
средняя общеобразовательная школа № 181  
Академического района г. Екатеринбурга

620110, Российская Федерация, г. Екатеринбург, ул. Краснолесья, д. 22  
тел./факс (343) 229-04-75

ПРИНЯТО

Общим собранием работников

Учреждения

протокол № 1 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ № 181

Корнильцева М.С.

введено в действие приказом № 5/1  
от 30.08.2024 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**об организации режима дня**  
**воспитанников**  
**МАОУ-СОШ №181**

Екатеринбург, 2024

## **1. Общие положения**

1.1. Положение «Об организации режима дня воспитанников МАОУ-СОШ №181» (далее Положение) разработано в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 № 1014;
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций, утвержденными постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 № 26;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования Приказ Минобрнауки России № 1115 от 17.10.2013;
- Правилами внутреннего трудового распорядка работников МАОУ-СОШ №181 (далее – Учреждение)
- Основной образовательной программой дошкольного образования МАОУ-СОШ №181 (далее-Программа).

1.3. Настоящее Положение регулирует организацию режима дня в группах общеразвивающей направленности, функционирующих в МАОУ-СОШ №181 (организацию НОД, режима сна, питания, прогулок, самостоятельной деятельности воспитанников).

## **2. Цели и задачи режима дня**

2.1. Режим дня - это физиологически обоснованное рациональное чередование периодов бодрствования и отдыха. Умывание, питание и дневной сон - режимные моменты жизнедеятельности детей в детском саду.

2.2. Основными целями и задачами режима дня являются:

- укрепление здоровья воспитанников, профилактика заболеваний, физическое и умственное развитие детей, воспитание культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма;
- соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности дошкольного образовательного учреждения;
- обеспечение гармоничного развития детей в соответствии с их возрастными особенностями;
- построение индивидуального режима дня на каждую возрастную группу;

2.3. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 – 6 часов, до 3 – х лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями.

### **3. Организация режима дня**

3.1. Режим дня составляет 10,5 часов пребывания детей по пятидневной рабочей неделе на каждую возрастную группу.

3.2. Режим работы Учреждения утверждается приказом директора перед началом учебного года.

3.3. Временные изменения режима работы Учреждения возможны только на основании приказов директора.

3.4. Гибкий режим функционирования Учреждения определяет порядок и время выполнения режимных моментов, в соответствии с возрастными особенностями детей:

- прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика;
- подготовка к завтраку, завтрак;
- подготовка к непосредственно образовательной деятельности (НОД);
- НОД;
- подготовка к прогулке, прогулка;
- возвращение с прогулки;
- подготовка к обеду, обед;
- подготовка ко сну, дневной сон;
- подъем, воздушные и водные процедуры;
- полдник;
- игры, труд;
- подготовка к прогулке, прогулка;
- подготовка к ужину, ужин;
- уход детей домой.

#### **3.1. Самостоятельная деятельность детей в режиме дня**

3.1.1 Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена и др.) должна занимать в режиме дня не менее 3-4 часов.

3.1.2. Общественно полезный труд детей старшего возраста проводится в форме самообслуживания (дежурство по столовой, помощь в подготовке к занятиям, уход за растениями и др.). Его продолжительность не должна превышать 20 минут в день.

#### **3.2. Режим питания**

3.2.1. Учреждение обеспечивает сбалансированное питание воспитанников в соответствии с их возрастом и временем пребывания в детском саду по

нормам, установленным СанПиН. В Учреждении установлено 4-х разовое питание (завтрак, 2-ой завтрак, обед, полдник). Питание должно удовлетворять физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии.

### **3.3. Прогулки**

3.3.1. Организация прогулок с детьми подробно изложена в Положении «Об организации прогулок воспитанников МАОУ-СОШ № 181».

### **3.4. Дневной сон**

3.4.1. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста составляет 12 – 12,5 часов, из которых 2 - 2,5 часов отводится на дневной сон.

3.4.2. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур.

3.4.3. Детей, которые долго засыпают и чутко спят, рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними.

3.4.4. Во время сна детей присутствие воспитателя или младшего воспитателя обязательно, они несут ответственность за гигиену сна, охрану жизни и здоровья детей во время сна.

3.4.5. Перед началом дневного сна детям читают книгу или включают спокойную музыку.

3.4.6. После дневного сна ежедневно организуются пробуждающая зарядка, хождение по массажным дорожкам.

### **3.5. Непосредственно-образовательная деятельность**

3.5.1. Организация непосредственно образовательной деятельности в подробно изложена в Положении «Об организации непосредственно образовательной деятельности воспитанников МАОУ-СОШ №181».

3.5.2. Домашнее задания воспитанникам не задаются.

3.5.3. В летний период учебные занятия не проводятся. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др. во время прогулок.

### **3.6. Двигательный режим**

3.6.1. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

3.6.2. В объеме двигательной активности воспитанников 5-7 лет предусмотрено в организационных формах оздоровительно-воспитательной

деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы Учреждения.

3.6.3. Физические упражнения, закаливающие и оздоровительные мероприятия проводятся в соответствии с разработанной в Учреждении системой физкультурно-оздоровительных мероприятий.

3.6.4. Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей.

3.6.5. Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивной площадки в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

### **3.7. Режим работы в летний оздоровительный период**

3.7.1. Летняя оздоровительная работа проводится с целью оздоровления воспитанников Учреждения, воспитания у них трудолюбия, любви к природе, формирования здорового образа жизни, обеспечения благоприятных условий для летнего отдыха детей.

3.7.2. Организация непосредственно образовательной деятельности в летний период регламентируется приказом директора Учреждения в мае, планом работы на лето.

3.7.3. В период летнее-оздоровительной кампании увеличивается время пребывания воспитанников на свежем воздухе за счет переноса совместной деятельности детей и взрослых на прогулку.

3.7.4. В соответствии с увеличением времени пребывания воспитанников на прогулке в летний период изменяется график выдачи пищи и приема пищи.

### **4. Ответственность**

4.1. Администрация Учреждения, воспитатели, младшие воспитатели, педагоги – специалисты несут ответственность за жизнь, здоровье детей, реализацию в полном объеме режима дня, качество реализуемых образовательных программ, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям детей.

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

### **5. Срок действия Положения**

5.1. Положение принимается Педагогическим советом и утверждается приказом директора Учреждения.

5.2. Срок данного Положения не ограничен. Данное Положение действует с момента подписания до принятия нового.

5.3. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждаются директором Учреждения.