

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Троицкий детский сад №9

Согласовано:  
Педагогическим советом  
МБДОУ Троицкий детский  
сад №9 11.01.2022г. Протокол №3

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Троицкий детский сад №9  
И.А. Канашевич



Положение  
о режиме ООД, режиме дня обучающихся  
МБДОУ Троицкий детский сад №9

с.Троицкое

## 1. Общие положения.

1.1. Положение о режиме ООД, дня в МБДОУ разработано в соответствии с Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» №273 от 29.12.12г., Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПин 2.4.11.3049 – 13 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений», Уставом МБДОУ, другими нормативно-правовыми актами по вопросам образования, социальной защиты прав и интересов детей.

1.2. Настоящее Положение регулирует организацию режима ООД в группах, функционирующих в МБДОУ (далее - Учреждение).

1.3.Срок действия Положения не ограничен, Положение действует до принятия нового.

### 2. Цели и задачи режима ООД

2.1. Основными целями и задачами режима ООД являются: - соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности в Учреждении; - обеспечение гармоничного развития обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями; - построение индивидуального режима дня на каждого обучающегося в период адаптации детей к Учреждению.

### 3. Организация режима ООД.

3.1. Организация режима ООД осуществляется в соответствии с основной образовательной программой МБДОУ с учетом санитарноэпидемиологическими правилами и нормативами.

3.2. Режим ООД составляет на 10.30 часовой режим пребывания обучающихся

3.3. Самостоятельная деятельность обучающихся в режиме дня.

3.3.1. На самостоятельную деятельность обучающихся 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

3.3.2. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования обучающихся 3 - 7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

3.3.3. Общественно-полезный труд обучающихся старшего возраста проводится в форме самообслуживания (дежурство по столовой, помощь в подготовке к ООД, уход за растениями и животными и др.). Его продолжительность не должна превышать 20 мин. в день.

### 3.4. Режим питания.

3.4.1. Прием пищи устанавливается по строго отведенному времени. В Учреждении организуется 3-х разовое питание (завтрак, обед, уплотненный полдник).

3.4.2. Для обеспечения преемственности питания родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся информируют об ассортименте питания обучающегося, вывешивая ежедневное меню за время его пребывания в Учреждении.

3.4.3. Питьевой режим организуется в группе посредством установки кипяченой питьевой воды, с графиком кипячения.

### 3.5. Прогулки.

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

3.5.2. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину – после дневного сна или перед уходом обучающихся домой.

3.5.3. Во время прогулки с обучающимися проводятся игры, физические упражнения, наблюдения, экскурсии, ООД. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением обучающихся в помещение дошкольного образовательного учреждения.

3.5.4. В летнее время продолжительность прогулки увеличивается до 6 часов.

3.6. Дневной сон. 3.6.1. Общая продолжительность суточного сна для обучающихся дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Для обучающихся от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов.

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

3.6.3. Обучающихся, которые долго засыпают и чутко спят, рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними.

3.6.4. Во время сна в спальне обязательно должен присутствовать воспитатель (или младший воспитатель), который несет ответственность за гигиену сна, охрану жизни и здоровья обучающихся во время сна.

3.6.5. После дневного сна ежедневно организуются пробуждающая зарядка.

3.7. Организованная образовательная деятельность.

3.7.1. 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. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами ООД - не менее 10 минут.

3.7.2. Продолжительность ООД для обучающихся от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для обучающихся от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для обучающихся от 5 до 6 лет - не более 25 минут, а для обучающихся от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

3.7.3. Для обучающихся раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность ООД не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять ООД в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять ООД на игровой площадке во время прогулки.

3.7.4. ООД с обучающимися 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 ООД статического характера проводятся физкультурные минутки.

3.7.5. ООД физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла должны занимать не менее 50% общего времени ООД.

3.7.6. ООД, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения обучающихся, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления обучающихся рекомендуется проводить физкультурную, музыкальную ООД и т.п.

3.7.7. В середине учебного года (январь) организуются недельные каникулы, во время которых проводится только ООД эстетического и оздоровительного циклов (музыкальные, физкультурные, рисование и т.п.)

3.7.8. В летний период учебная ООД не проводятся. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др. во время прогулки.

3.7.9. Непрерывная длительность просмотра телепередач, мультфильмов составляет в младших и средних группах – не более 20 мин., в старших и подготовительных группах – не более 30 мин. Просмотр телепередач допускается не чаще 2-х раз в день (в первую и вторую половину дня).

3.7.10. ООД повышенной умственной активности для обучающихся дошкольного возраста проводится специалистами в кабинетах математики, развития речи. ООД познавательного цикла, изодеятельности, музыкальные и физкультурные проводятся в группе воспитателем.

3.7.11. ООД в группах раннего возраста проводятся в группах воспитателями.

3.7.12. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста обучающихся и времени года. Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, ООД физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику и другие. В объеме двигательной активности обучающихся 5-7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей обучающихся, времени года и режима работы Учреждения. Для реализации двигательной деятельности обучающихся используются оборудование и инвентарь спортивного уголка и спортивной площадки в соответствии с возрастом и ростом обучающегося.

3.7.13. ООД по физическому развитию основной образовательной программы для обучающихся в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность ООД по физическому развитию зависит от возраста обучающихся и составляет: - в младшей группе - 15 мин., - в средней группе - 20 мин., - в старшей группе - 25 мин., - в подготовительной группе - 30 мин. Один раз в неделю для обучающихся 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать ООД по физическому развитию обучающихся на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у обучающихся медицинских противопоказаний и наличии у обучающихся спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях ООД по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

3.7.14. Для достижения достаточного объема двигательной активности обучающихся необходимо использовать все организованные формы ООД физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений. Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья обучающихся при постоянном контроле со стороны медицинского работника.

#### 4. Ответственность.

4.1. Администрация Учреждения, воспитатели, младшие воспитатели, педагогические специалисты несут ответственность за жизнь, здоровье обучающихся, реализацию в полном объеме режима дня, качество реализуемой основной образовательной программы, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям обучающихся.

4.2. Программы, методики и режимы воспитания и обучения в части гигиенических требований допускаются к использованию при наличии санитарноэпидемиологического заключения о соответствии их санитарным правилам.

