

СОГЛАСОВАНО
На заседании № 1
педагогического совета
ГБУ СД «Обручевский»
филиал «Беляево»
от «11» сентября 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Филиалом
«Беляево»
Е.Ю. Курьшина
2022 г.



Положение
о режимах дня обучающихся (воспитанников)
Государственного бюджетного учреждения
Социальный дом «Обручевский» филиал «Беляево»
Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы

1. Общие положения

1.1. Положение о режимах дня обучающихся (воспитанников) Государственного бюджетного учреждения Социальный дом «Обручевский» филиал «Беляево» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы (далее - Учреждение) разработано в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012 (ст. 28);

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;

- Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028;

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»,

- Уставом Учреждения;

- Лицензией на осуществление образовательной деятельности.

1.2. Настоящее Положение регламентирует проживание обучающихся (воспитанников) в группах для детей в семейных группах, в том числе, в реабилитационных группах, организацию непосредственно образовательной деятельности и режимов дня обучающихся (воспитанников) Учреждения. Режим и распорядок дня устанавливаются с учетом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений.

2. Цели и задачи организованной образовательной деятельности и режимов дня обучающихся (воспитанников)

Цель: соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности обучающихся (воспитанников) в Учреждении.

Задачи:

- своевременное и полное удовлетворение физиологических потребностей ребенка;

- обеспечение гармоничного развития обучающихся (воспитанников) в соответствии с их возрастными особенностями;

- построение индивидуального режима дня на каждого обучающегося (воспитанника) в период адаптации обучающихся (воспитанников) к новым условиям проживания и по медицинским показаниям.

3. Организация режима дня

3.1. Организация жизни и деятельности детей осуществляется с учетом режима круглосуточного пребывания обучающихся (воспитанников) в Учреждении. Контингент обучающихся (воспитанников) Учреждения составляют дети, оставшиеся без попечения родителей, в том числе, дети-

сироты, дети из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации, признанные таковыми в нормативно установленном порядке. Им оказывается комплексная медико-психолого-педагогическая и социальная помощь.

3.2. Основу режима составляют следующие компоненты:

- дневной и ночной сон;
- бодрствование (утренние и вечерние занятия, игры, организованная образовательная деятельность и досуговая деятельность воспитанников).
- пребывание на открытом воздухе (прогулка);
- самостоятельная деятельность воспитанников (игровая деятельность и отдых по собственному выбору).
- прием пищи;
- гигиенические процедуры.

Содержание и длительность каждого компонента изменяются в соответствии с возрастом обучающихся (воспитанников).

3.3. Режим дня может быть гибким, неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, длительность суточного сна, время отхода ко сну, проведение ежедневных прогулок.

3.4. При составлении режима дня необходимо руководствоваться следующими принципами:

- длительность бодрствования обучающихся (воспитанников) определяется их возрастными особенностями,
- отдых должен обеспечить полное функциональное восстановление нервной системы, количество сна в сутки, число и длительность отрезков дневного и ночного сна должны соответствовать физиологической потребности ребенка,
- ритм кормления должен быть согласован с режимом бодрствования и сна;

3.5. Режимы дня обучающихся (воспитанников) назначаются врачом-педиатром по согласованию с педагогами и утверждаются заведующим Учреждения (Приложение).

3.6. Назначение режима врачом-педиатром происходит на основании комплексной оценки состояния здоровья ребенка специалистами Учреждения, что позволяет учитывать не только возраст и здоровье, но и

индивидуальные особенности. При необходимости врачом-педиатром разрабатывается индивидуальный режим обучающегося (воспитанника), по необходимости .

3.7. Если в одной и той же группе находятся обучающиеся (воспитанники), нуждающиеся в разных режимах сна и бодрствования, устанавливается два или три разных режима.

3.8. Смена группового персонала не должна происходить в часы кормления детей, когда в режимных процессах задействованы все групповые сотрудники и требуется взаимопомощь в работе.

3.9. Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования обучающихся (воспитанников):

- 3 - 7 лет - 5,5-6 часов,

- старше 7 лет 6-7 часов

3.10. Продолжительность и количество периодов дневного сна:

- для детей 4 – 7 лет составляет – 1 период не менее 2,5 часов.

- Старше 7 лет составляет – 1 период не менее 2 часов.

3.11. При организации сна учитываются следующие правила:

- в момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин. до сна;

- первыми за обеденный стол садятся дети с ослабленными здоровьем, чтобы они затем первыми ложились в постель;

- обучающихся (воспитанников), которые долго засыпают и чутко спят, рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними;

- групповую комнату перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов;

- подъем детей осуществляется постепенно, необходимо правильно разбудить детей, дать им возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели;

- после ночного сна ежедневно организуются гигиенические процедуры и утренняя гимнастика, после дневного сна - пробуждающая зарядка;

- во время сна детей присутствие в спальне воспитателя (младшего воспитателя, или его помощника) обязательно.

3.12. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок для детей до 7 лет составляет не менее 3 часов в день, старше 7 лет 4 часа. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать. Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна.

3.13. При организации прогулки учитываются следующие правила:

- чтобы дети не перегревались и не простужались, выход на прогулку организовывается подгруппами, а продолжительность регулируется индивидуально, в соответствии с возрастом, состоянием здоровья и погодными условиями;

- в зависимости от предыдущего занятия и погодных условий изменяется и последовательность разных видов деятельности детей на прогулке.

3.14. Прием пищи организуется по строго отведенному времени. Ритм кормления детей первого года жизни определяется суточной потребностью ребенка в пище, объемом пищи, усваиваемой в одно кормление, длительностью процесса усвоения и связан с ритмом бодрствования и сна.

Количество приема пищи детей

- 6 раз в день

с интервалами между приемами пищи не более 3-4 часов. Питьевой режим организуется во всех группах. Для обеспечения преемственности питания при передаче воспитанников в семью, родителей (законных представителей) врач-педиатр информирует об ассортименте питания воспитанника.

В процессе организации питания решаются задачи правил гигиены и рационального питания:

- мыть руки перед едой;

- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо пережевывать;
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой;
- после окончания еды полоскать рот.

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

3.16. Для детей старше 7 лет возможно осуществление образовательной деятельности в первую и во вторую половину дня. В теплый период времени допускается осуществление образовательной деятельности на игровой площадке во время прогулки (при наличии условий).

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности:

- для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.
- старше 7 лет не более 40 мин.

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут. Перерыв во время занятий для гимнастики не менее 2 минут.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первой половине дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику, физкультминутки и т.п.

3.17. Непосредственно образовательная деятельность обучающихся (воспитанников) в соответствии с учебным планом организуется в группе воспитателем, либо учителем-дефектологом. Музыкальные и физкультурные занятия проводятся специалистами в музыкальном и физкультурном залах. Коррекционные занятия проводятся специалистами в кабинете педагога-психолога, логопедическом кабинете, музыкальном зале и в групповых помещениях.

3.18. При организации групповых форм организации занятий учитываются следующие правила:

- соблюдение гигиенических требований (помещение должно быть проветрено, свет должен падать с левой стороны, оборудование, инструменты и материалы и их размещение должны отвечать педагогическим, гигиеническим и эстетическим правилам и т.д.),

- длительность занятия должна соответствовать установленным нормам, а время использовано полноценно, большое значение имеет начало и окончание занятия, концентрация детского внимания,

- использование разнообразных форм организации обучающихся (воспитанников),

- обязательно проведение физкультминутки в середине занятия.

3.19. Физическое развитие детей первого года жизни организуют в форме индивидуальных занятий, включающих комплексы массажа и гимнастики по назначению врача. Реализация образовательных программ дошкольного образования для детей проводится с каждым ребенком индивидуально в групповом помещении ежедневно, не ранее, чем через 45 минут после еды. Длительность занятия с каждым ребенком составляет 10-20 минут.

Для реализации образовательных программ дошкольного образования по физическому развитию в индивидуальной форме рекомендуется использовать стол высотой 72-75 см, шириной 80 см, длиной 90-100 см, имеющий мягкое покрытие из материалов, позволяющих проводить влажную обработку и дезинфекцию: стол сверху накрывается пленкой, которая меняется после каждого ребенка.

3.20. Один раз в неделю для обучающихся (воспитанников) 3-7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию обучающихся (воспитанников) на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у обучающихся (воспитанников) медицинских противопоказаний и наличии спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

3.21. Во время прогулки проводятся спортивные и подвижные игры, физкультурные праздники, досуги, развлечения, экскурсии и др.

3.22. Занятия физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла должны занимать не менее 50% общего времени всех занятий.

3.23. Социально-культурные и физкультурно-оздоровительные мероприятия проводятся в соответствии с календарным планированием.

3.24. Непрерывная длительность просмотра телепередач, мультфильмов составляет для детей 3-4 лет - не более 15-20 мин., для детей

5-7 лет - не более 30 мин. Просмотр телепередач допускается не чаще 2-х раз в день (в первой и второй половине дня).

3.23. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста обучающихся (воспитанников) и времени года.

Используются формы двигательной активности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, физические упражнения, ритмическая гимнастика и другие.

Для реализации двигательной активности обучающихся (воспитанников) используется оборудование и инвентарь физкультурного зала и игровых площадок в соответствии с возрастом и ростом обучающихся (воспитанников).

3.24. Занятия по физическому развитию проводятся с учетом здоровья обучающихся (воспитанников), физической подготовленности и групп здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

3.25. Проведение закаливающих мероприятий осуществляется в соответствии с рекомендациями врача-педиатра. Не допускается проведение закаливающих процедур сразу после еды и физических упражнений с большой нагрузкой.

3.26. Лечебно-профилактические процедуры следует проводить с учетом индивидуальных особенностей и состояния здоровья детей.

3.27. Трудовое воспитание организуется в виде посильных трудовых поручений в соответствии с содержанием образовательных программ дошкольного образования, интересами и возможностями детей.

4. Ответственность

4.1. Администрация, медицинские и педагогические работники, технический персонал несут ответственность за жизнь, здоровье воспитанников, реализацию в полном объеме режима дня, осуществление присмотра и ухода, качество реализуемых образовательных программ, за соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного и воспитательного процессов, соответствующих возрастным, психофизиологическим особенностям обучающихся (воспитанников).

4.2. В соответствии с законодательством Российской Федерации, нарушение режима дня в Учреждении может привести к административной

ответственности. В случае серьезных нарушений, в том числе жестокого и/или небрежного отношения к безопасности и здоровью детей, ответственность может быть уголовной.

5. Заключительные положения

5.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Учреждения, принимается на Педагогическом совете и утверждается (либо вводится в действие) приказом заведующего Учреждения.

5.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

5.3. Настоящее Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.5.1 настоящего Положения.

5.4. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

Режим дня группы

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Подъем, гигиенические процедуры	06.30- 07.00
2.	Подготовка к приему пищи, прием лекарственных препаратов по назначению врача. Завтрак	07.00 - 07.30
3.	Самостоятельная деятельность.	07.30 - 08.50
4.	Подготовка к занятиям, (инд. занятия 7- 10 мин.) занятия с специалистами	08.50 - 10.00
5.	Второй завтрак	10.00 - 10.30
6.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.30 - 12.30
7.	Гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, обед	12.30 - 13.30
8.	Подготовка ко сну, сон	13.30 - 16.00
9.	Подъем, гигиенические процедуры, полдник	16.00 - 16.30
10.	Занятие/индивидуальная работа (инд. занятия 7- 10 мин.)	16.30 - 17.00
11.	Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 - 18.30
12.	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, игра	18.30 - 19.00
13.	Ужин, прием лекарств	19.00 - 19.30
14.	Самостоятельная деятельность детей	19.30 -19.40
15.	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	19.40- 20.00
16.	Ночной сон	20.00 – 06.30

Режим дня группы

Режимные моменты	Понедельник - пятница		Суббота - воскресенье
	Очное обучение	Надомное обучение	
Подъем, зарядка, гигиенические процедуры	07.00-07.40	07.00-07.40	07.00-07.40
Завтрак	07.40-08.05	07.45-08.15	08.20-09.00
Обучение в образовательных организациях	08.05-13.40		
Занятия со специалистами, воспитателями, надомное обучение. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий		09.00-10.50	
Гигиенические процедуры, второй завтрак		10.50-11.20	10.50-11.20
Прогулка, свободная деятельность, подвижные игры, занятия по интересам, занятия с воспитателями. Занятия с педагогами дополнительного образования. Выполнение лечебных мероприятий		11.20-12.45	11.20-12.45
Гигиенические процедуры. Подготовка к приему пищи, прием лекарственных препаратов по назначению врача, обед	13.40-14.20	12.45-13.30	12.45-13.30
Личное время, игры, занятия по интересам. Индивидуальные занятия. Просмотр телепередач. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий. Подготовка к отдыху.		13.30-14.00	13.30-14.00
Дневной отдых/занятия специалистов(кроме выходных), педагогов дополнительного образования с учетом индивидуальных особенностей	14.20-16.00	14.00-16.00	14.00-16.00
Подъем/заправка постелей, гигиенические процедуры	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20
Полдник	16.20-16.30	16.20-16.30	16.20-16.30
Прогулка, подвижные игры, занятия по интересам. Занятия с специалистами, надомное обучение, воспитательский час(кроме выходных) занятие с педагогами дополнительного образования. Посещение культурно-развлекательных и спортивно-оздоровительных мероприятий	16.30-18.05	16.30-18.05	16.30-18.05
Гигиенические процедуры	18.05-18.20	18.05-18.20	18.05-18.20
Подготовка к приему пищи, прием лекарственных препаратов по назначению врача, ужин	18.20-18.55	18.20-18.55	18.20-18.55
Личное время, игры, занятия по интересам, индивидуальные занятия, просмотр телепередач. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий	18.55-19.15	18.55-19.15	18.55-19.15
Прогулка/организованный досуг, вечерний кефир	19 ¹⁵ -20 ³⁰ / 21 ⁰⁰ -21 ³⁰	19 ¹⁵ -20 ³⁰ / 21 ⁰⁰ -21 ³⁰	19 ¹⁵ -20 ³⁰ / 21 ⁰⁰ -21 ³⁰
Подготовка ко сну: гигиен. процедуры, душ/купание	20 ³⁰ -21 ⁰⁰ / 21 ³⁰ /21 ⁰⁰ - 21 ³⁰ /22 ⁰⁰	20 ³⁰ -21 ⁰⁰ / 21 ³⁰ /21 ⁰⁰ - 21 ³⁰ /22 ⁰⁰	20 ³⁰ -21 ⁰⁰ / 21 ³⁰ /21 ⁰⁰ - 21 ³⁰ /22 ⁰⁰
Ночной сон для детей до 10 лет	21.00-07.00	21.00-07.00	21.00-07.00
Ночной сон для детей до 15 лет	21.30-07.00	21.30-07.00	21.30-07.00
Ночной сон для детей старше 15 лет	22.00-07.00	22.00-07.00	22.00-07.00

