Утверждаю.

Директор МКОУ Панциревская СШ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кожевников С.Ю.

**РЕГЛАМЕНТ**

***организации дневного сна***

***о дошкольных группах***

***МКОУ Панциревская СШ***

Сон — неотъемлемая часть режима дня ребѐнка. Организации дневного отдыха в детском саду уделяется особо пристальное внимание, так как в периоды бодрствования дети, как правило, очень активны, а организму малыша очень важно восстанавливать силы и накапливать энергию для деятельности во второй половине дня. Перед педагогом стоит непростая задача устроить отход ко сну так, чтобы все ребята получили возможность отдохнуть.

**Требования СанПиН:**

 спальня - площадью из расчета не менее 1,8 кв. м на 1 ребенка в ясельных группах, не менее 2,0 кв. м на 1 ребенка в дошкольных группах, без учета расстояния от наружных стен при расстановке кроватей (при наличии по проекту);

 Во вновь строящихся и реконструируемых дошкольных организациях необходимо в составе групповых предусмотреть отдельные спальные помещения.

 Спальни оборудуют стационарными кроватями.

 Кровати для детей до 3 лет должны иметь: длину - 120 см; ширину - 60 см; высоту ограждения от пола - 95 см; ложе с переменной высотой от пола - на уровне 30 см и 50 см. Следует предусматривать возможность уменьшения высоты бокового ограждения не менее чем на 15 см.

 Длина стационарной кровати для детей 3-7 лет составляет 140 см, ширина - 60 см и высота - 30 см. В существующих дошкольных организациях, при отсутствии спален по проекту, допускается организовывать дневной сон детей дошкольных групп в групповых на раскладных кроватях с жестким ложем или на трансформируемых (выдвижных, выкатных) одно-трехуровневых кроватях.

 Новые типы кроватей должны быть безвредны для здоровья детей.

 При использовании раскладных кроватей (раскладушек) в каждой групповой должно быть предусмотрено место для их хранения, а также для индивидуального хранения постельных принадлежностей и белья.

 В существующих дошкольных образовательных организациях, при наличии спальных помещений по проекту, спальные помещения не допускается использовать не по назначению (в качестве групповых, кабинетов для дополнительного образования и других).

 Дети обеспечиваются индивидуальными постельными принадлежностями, полотенцами, предметами личной гигиены. Следует иметь не менее 3-х комплектов постельного белья и полотенец, 2 комплектов наматрасников из расчета на 1 ребенка.

 Все помещения ежедневно и неоднократно проветриваются в отсутствие детей. Сквозное проветривание проводят не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. Проветривание через туалетные комнаты не допускается.

 Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы. Проветривание проводят в отсутствие детей и заканчивают за 30 мин. до их прихода с прогулки или занятий. При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении, но не более чем на 2-4°С. В помещениях спален сквозное проветривание проводят до укладывания детей спать. В холодное время года фрамуги, форточки закрывают за 10 минут до отхода ко сну детей; открывают во время сна с одной стороны и закрывают за 30 минут до подъема. В теплое время года сон (дневной и ночной) организуют при открытых окнах (избегая сквозняка).

 Контроль за температурой воздуха во всех основных помещениях пребывания детей осуществляют с помощью бытового термометра, прикрепленного на внутренней стене, на высоте (0,8-1,0 метра).

***Примерный режим дневного сна в ДОО***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Группа*** |  | ***Дневной сон*** |
| I младшая группа |  | 12:30-15:00 |
| II младшая группа |  | 12:50-15:00 |
| Средняя группа |  | 13:00-15:00 |
| Старшая группа |  | 13:10-15:00 |
| Подготовительная к школе группа |  | 13:15-15:00 |