

ПРИНЯТО  
Педагогический совет  
протокол от 23.09.2020 г. № 1



### **Режим занятий обучающихся в МБДОУ № 4 г. Полярные Зори**

Все возрастные группы в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении – детском саду комбинированного вида № 4 г. Полярные Зори работают в режиме 5-ти дневной рабочей недели с понедельника по пятницу, с 7.00 до 19.00, выходные дни - суббота, воскресенье, праздничные дни - в соответствии с Трудовым кодексом РФ и Постановлением Правительства РФ.

Режим дня возрастных групп устанавливается в соответствии с санитарно - эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН, образовательных программ дошкольного детей в группе (полного дня), возраста осуществления образовательного процесса. С целью охраны физического и психического здоровья детей, в том числе и их эмоционального благополучия, в режиме дня детей дошкольного возраста представлены его стабильные компоненты - утренняя гимнастика, питание, непрерывная непосредственно образовательная деятельность (ООД), прогулка (в первой и во второй половине дня), дневной сон, время бодрствования и т.п.

Режим каждой возрастной группы является гибким и выстраивается с учетом особенностей реализации образовательной программы дошкольного образования, климатических условий. Однако неизменными остаются интервалы между приемами пищи, время приема пищи, длительность дневного сна и самостоятельной деятельности детей (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена), продолжительность организованной образовательной деятельности и прогулки, время отхода ко сну.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус -15 С и скорости ветра более 7 Мс продолжительность прогулки сокращается. При благоприятных климатических условиях прогулки с детьми организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня (после дневного сна или перед уходом детей домой). При организации режима пребывания детей в дошкольных образовательных группах с режимом пребывания более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3 - 4 часа и дневной сон. Общая



продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста – с 2 - 2,5 часов, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Для детей от 2 до 3 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не проводятся подвижные эмоциональные игры, закаливающие процедуры. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне является обязательным.

При организации режима дня предусмотрено оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, рациональное сочетание умственной и физической нагрузки, достаточная двигательная активность ребенка в течение дня. На самостоятельную и свободную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена и др.) в режиме дня отводится не менее 3 - 4 часов.

Организованная образовательная деятельность проводится с обучающимися всех возрастов, а ее продолжительность определяется их возрастными и психологическими возможностями. Для детей раннего возраста от 2 до 3 лет длительность образовательной деятельности не превышает 10 мин. В группах полного дня образовательная деятельность может осуществляться как в первую, так и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществление образовательной деятельности на игровой площадке во время прогулки. Продолжительность образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут. 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 образовательную деятельность, проводятся физкультурные минутки, динамические паузы, игры малой подвижности. Перерывы между периодами образовательной деятельности - не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия, оздоровительная гимнастика и т.п. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

В режиме дня возрастных групп возможны изменения в отдельных режимных моментах, например, проведение ООД в период активного бодрствования не в четко фиксированное время, а в зависимости от конкретных условий, образовательных задач, интересов и самочувствия детей. Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период

года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе.

Деятельность взрослых и детей по реализации и освоению Программы организуется в режиме дня в основных моделях - совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей. Решение образовательных задач в рамках совместной деятельности взрослого и детей осуществляется как в виде образовательной деятельности, так и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов (решение образовательных задач сопряжено с одновременным выполнением функций по присмотру и уходу за детьми - утренним приемом детей, прогулкой, подготовкой ко сну, организацией питания и др.). Образовательная деятельность реализуется через организацию специфичных видов детской деятельности: игровую, коммуникативную, познавательно-исследовательскую, восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой т. д. конструирование из разного материала, (рисование лепка, аппликация), музыкальную и двигательную формы активности ребенка - дошкольника.