

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«Центр развития ребенка - детский сад №4»

«СОГЛАСОВАНО»
на педагогическом совете
№1 от «30» августа 2023г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Приказ № 172
от «31» августа 2023 г.
Заведующая *Коновалова* Коновалова М.И.



**Режим занятий
обучающихся**
муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения городского
округа Саранск «Центр развития ребенка –
детский сад №4»

Режим и распорядок дня устанавливаются с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации программы МАДОУ, потребностей участников образовательных отношений.

Основными компонентами режима в МАДОУ являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

При организации режима предусмотрены:

| Показатель | Возраст | Норматив |
|---|---|--|
| Требования к организации образовательного процесса | | |
| Начало занятий не ранее | все возрасты | 8.00 |
| Окончание занятий, не позднее | все возрасты | 17.00 |
| Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более | от 1,5 до 3 лет от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет | 10 минут 15 минут 20 минут 25 минут 30 минут |
| Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более | от 1,5 до 3 лет от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет | 20 минут 30 минут 40 минут 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна 90 минут |
| Продолжительность перерывов между занятиями, не менее | все возрасты | 10 минут |
| Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее | все возрасты | 2-х минут |
| Показатели организации режима дня | | |
| Продолжительность ночного сна, не менее | 1-3 года 4-7 лет | 12 часов 11 часов |
| Продолжительность дневного сна, не менее | для детей до 7 лет | 3 часа в день |
| Суммарный объем двигательной активности, не менее | все возрасты | 1 час в день |
| Утренний подъем, не ранее | все возрасты | 7 ч 00 минут |
| Утренняя зарядка, продолжительность, не менее | до 7 лет | 10 минут |

- оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми;
- чередование коллективных и индивидуальных игр; - достаточная двигательная активность ребёнка в течение дня;
- сочетание умственной и физической нагрузки.

Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В тёплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов учитываются также индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОО и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОО может корректировать режим дня в зависимости от типа организации, и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения

| Вид организации | Продолжительность, либо время нахождения ребёнка в организации | Количество обязательных приемов пищи |
|--|---|---|
| Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру | 11-12 часов | завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин |

Режим дня

| Режимные моменты | С 2-3 лет | С 3-4 лет | С 4-5 лет | С 5-6 лет | С 6-7 лет |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| В детском саду | | | | | |
| Прием, осмотр детей в группе, игры, беседы и др. утренняя гимнастика | 7.00-8.20 | 7.00-8.20 | 7.00-8.25 | 7.00-8.30 | 7.00-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20-8.50 | 8.20-8.50 | 8.20-8.50 | 8.20-8.50 | 8.20-8.50 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 |
| Занятия: 1 | 9.00-9.10 | 9.00-9.15 | 9.00-9.20 | 9.00-9.25 | 9.00-9.30 |
| 2 | 9.20-9.30 | 9.25-9.40 | 9.30-9.50 | 9.35-9.55 | 9.40-10.10 |
| 3 | | | | 10.05-10.30 | 10.20-10.50 |
| Игры, общение и самостоятельная деятельность по интересам | 9.30-10.30 | 9.40-10.30 | 9.50-10.30 | 9.55-10.30 | |
| Второй завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи | 10.30-10.40 | 10.30-10.40 | 10.30-10.40 | 10.30-10.40 | 10.50-11.00 |
| Прогулка: Занятия, наблюдения, подвижные и сюжетно-ролевые игры, свободная деятельность | 10.40-11.40 | 10.40-11.40 | 10.40-12.00 | 10.40-12.05 | 11.00-12.10 |
| Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры | 11.40-11.50 | 11.40-11.50 | 12.00-12.10 | 12.05-12.10 | 12.10-12.15 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.50-12.20 | 11.50-12.20 | 12.10-12.30 | 12.10-12.30 | 12.15-12.30 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.20-15.20 | 12.20-15.20 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 |
| Постепенный подъем, водные и закаливающие процедуры, игры, | 15.20-15.25 | 15.20-15.25 | 15.00-15.25 | 15.00-15.20 | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25-15.45 | 15.25-15.45 | 15.25-15.45 | 15.25-15.40 | 15.25-15.40 |
| Кружковая деятельность (доп. образование) | | | 15.45-16.05 | 15.40-16.05 | 15.40-16.10 |
| Самостоятельная игровая и художественная деятельность, кружковая деятельность (доп. образование) | 15.45-16.15 | 15.45-16.15 | 16.05-16.35 | 16.05-16.40 | 16.10-16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.15-18.15 | 16.15-18.15 | 16.35-18.15 | 16.40-18.15 | 16.30-18.20 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.15-18.45 | 18.15-18.45 | 18.15-18.45 | 18.15-18.45 | 18.20-18.45 |
| Самостоятельная деятельность: отдых, игры. Уход детей домой | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 |
| Общая продолжительность дневного сна | 3 ч. 00 мин. | 3 ч. 00 мин. | 2 ч. 30 мин. | 2 ч. 30 мин. | 2 ч. 30 мин. |
| Общая продолжительность пребывания детей на воздухе | 3 ч. 00 мин. |

Согласно пункту СанПиН 1.2.3685-21 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:
 - режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. МАДОУ обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;
- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.