

**Российская Федерация  
Тульская область  
Город Ефремов  
муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
«Красинский детский сад»**

---

301881, Тульская область, Ефремовский район, поселок Красина Тел. 8(48741) 9-61-11, ОГРН 1027102873797, ИНН/КПП 7113009430/711301001 Email: [kds.efremov@tularegion.org](mailto:kds.efremov@tularegion.org)

Принято на Общем собрании  
МКДОУ  
Протокол № 7  
от 19.05.2021 г.

Согласовано с  
Родительским Комитетом  
Протокол №3 от 19.05.2021 г.

Утверждено:  
заведующим мкдоу  
\_\_\_\_\_ Руденко М.Е.  
Приказ №14 от 20.05.2022г.

## Положение о режиме занятий

## **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий дня муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения «Красинский детский сад» разработано в соответствии с Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации», Санитарно-эпидемиологическими требованиями по организации, воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4.3648-20, Санитарноэпидемиологическими правилами и норм СанПин 2.3./2.4.3590-20, Уставом МКДОУ «Красинский детский сад», другими нормативно-правовыми актами по вопросам образования, социальной защиты прав и интересов воспитанников.

1.2. Настоящее Положение регулирует организацию режима занятий в группах, функционирующих в МКДОУ «Красинский детский сад» (далее Организация).

## **2. Цели и задачи режима занятий**

2.1. Основными целями и задачами режима занятий являются:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности в Учреждении;
- обеспечение гармоничного развития воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями; - построение индивидуального режима дня на каждого воспитанника в период адаптации воспитанников к Организации.

## **3. Организация режима занятий**

3.1. Организация режима занятий осуществляется в соответствии с основной общеобразовательной программой Организации, с учетом санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

3.2. Режим дня составляется на 12 часовой режим пребывания воспитанников в Организации, на каждую возрастную группу и утверждается вместе с приложениями к основной общеобразовательной программе Организации приказом заведующего.

3.3. Режим занятий соответствует возрастным особенностям детей, и способствовать их гармоничному развитию. Режим занятий может корректироваться в зависимости от вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

## **3.4. Самостоятельная деятельность воспитанников в режиме дня.**

3.4.1. На самостоятельную деятельность воспитанников 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3-4 часов.

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

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

## **3.5. Режим питания.**

3.5.1. При составлении режима питания детей рекомендуется учитывать все установленные законодательством требования и при необходимости предусматривать

возможность корректировки времени питания детей в зависимости от режима работы организации.

3.5.2. Рекомендуется для составления меню учитывать данные о нормах физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для конкретной возрастной группы детей, времени (режиме) работы организации, организации перерывов между приемами пищи. В организации рекомендуется организовывать 4 5-разовое питание. Возможна организация как отдельного полдника, так и уплотненного полдника с включением блюд ужина. Отсутствие второго завтрака и организации "УПЛОТНЕННОГО" полдника, предусмотренных подпунктами 8.1.21 и 8.1.22 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, не должно нарушать физиологические нормы питания детей, и рекомендуется реализовывать с учетом времени пребывания ребенка, режима дня и потребности в пищевых веществах, энергии, витаминах, минеральных веществах, возраста ребенка.

3.5.3. Для обеспечения преемственности питания родителей (законных представителей) информируют об ассортименте питания воспитанника, вывешивая ежедневное меню за время его пребывания в Организации.

3.5.4. Питьевой режим организуется во всех группах. График смены воды установлен через каждые 2 часа.

3.5.5. Для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, питание детей рекомендуется осуществлять посредством индивидуальных меню (пункт 8.1.2 СанПиН 23/243590-20).

В случае отсутствия возможности у дошкольной организации обеспечить организацию питания таких детей посредством индивидуальных меню. пунктом 8.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 допускается употребление детьми, нуждающимися в лечебном и диетическом питании, готовых домашних блюд, предоставленных родителями, при создании в организациях определенных условий (специально отведенные помещения (места), оборудованные столами и стульями, холодильником, микроволновыми печами для разогрева блюд, условиями для мытья рук). Кормление детей домашними продуктами в созданных условиях осуществляется непосредственно родителями (законными представителями).

### **3.6. Прогулки.**

3.6.1. Продолжительность прогулок для детей до 7 лет должна составлять не менее 3 часов в день.

3.6.2. При температуре воздуха ниже минус 15 °с и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или не проводят.

3.6.3. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа.

3.6.4. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня — до обеда и во вторую половину — после дневного сна перед уходом воспитанников домой.

3.6.5. Во время прогулки с воспитанниками проводятся подвижные игры, физические упражнения, наблюдения, экскурсии, занятия.

### **3.7. Дневной сон.**

3.7.1. Рекомендованная общая продолжительность суточного сна для детей до 1 года не менее 14 - 15 часов, от 1 года до 7 лет - 12 - 12,5 часа, из которых 2,0 - 3,5 отводится дневному сну.

3. 7.2. Дневной сон рекомендуется организовывать для детей до 1 года 2 ,, 4 раза в день продолжительностью до 2 часов (в зависимости от возраста), для детей от 1 года до 1,5 года дважды в первую и вторую половину дня общей продолжительностью до 3.5 часа.

Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон рекомендуется организовывать однократно продолжительностью не менее 3 часов. Продолжительность дневного сна для детей - 3 года должна быть не менее 3,0 часов, для детей 4 - 7 лет - не менее 2,5 часов.

3.7.3. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр. Детей с трудным засыпанием и чутким сном рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними. В разновозрастных группах более старших детей после сна поднимают раньше.

3.7.4. Во время сна в спальне обязательно должен присутствовать воспитатель (или помощник воспитателя), который несет ответственность за гигиену сна, охрану жизни и здоровья воспитанников во время сна.

3.7.5. После дневного сна ежедневно организуется пробуждающая зарядка.

### **3.8. Непосредственно образовательная деятельность.**

3.8.1. Начало занятий для детей дошкольного возраста не ранее 8:00, окончание — не позднее 17:00;

3.8.2. Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более: от 1 до 3 лет - 10 минут, от 3 до 4 лет - 15 минут, от 4 до 5 лет - 20 минут, от 5 до 6 лет — 25 минут, от 6 до 7 лет - 30 минут.

3.8.3. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более: от 1,5 до 3 лет - 20 минут, от 3 до 4 лет - 30 минут, от 4 до 5 лет - 40 минут, от 5 до 6 лет - 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна, от 6 до 7 лет - 90 минут.

3.8.4. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут.

Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее 2 минут

3.8.5. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения воспитанников, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления воспитанников рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия и т.п.

3.8.6. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста воспитанников и времени гола. Для достижения достаточного объема двигательной активности воспитанников необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений

3.8.7. Суммарный объем двигательной активности дошкольников должен быть не менее не менее 1 часа в день.

3.8.8. Продолжительность утренней зарядки, не менее 10 минут

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

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

3.8.11. В летний период учебные занятия не проводятся, кроме музыки и физической культуры. Также рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др. во время прогулки.

3.8.12. Для определения продолжительности использования интерактивной доски (панели) рассчитывается суммарное время ее использования на занятии.

3.8.13. Для вычисления продолжительности использования электронного средства обучения (ЭСО) индивидуального пользования определяется непрерывная продолжительность их использования на занятии.

При использовании 2-х и более ЭСО суммарное время работы с ними не должно превышать максимума по одному из них.

Для детей 6-7 лет использование ноутбуков возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

#### Продолжительность использования ЭСО

Электронные средства обучения	Классы	на занятии, мин, не более	Суммарно в день, не более мин
1	2	3	4
Интерактивная доска	5-7 лет	7	20
Интерактивная панель	5-7 лет	5	10
Персональный компьютер	6-7 лет	15	20
Ноутбук	6-7 лет	15	20
Планшет	6-7 лет	10	

#### 4. Ответственность.

4.1. Администрация Организации, воспитатели, помощники воспитателей, педагоги-специалисты несут ответственность за жизнь, здоровье воспитанников, реализацию в полном объеме режима занятий в течение дня, качество реализуемой основной образовательной программы, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям воспитанников.