### **Требования к режиму дня и организации воспитательно-образовательного процесса**

| Форма работы(пункт СанПиН 2.4.1.3049-13) | Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы для дошкольных организаций, 2013 г.(СанПиН 2.4.1.3049-13) |
| --- | --- |
| **Ясли****2 – 3 года** | **Младшая гр.****3 – 4 года** | **Средняя гр.****4 – 5 лет** | **Старшая гр.** **5 – 6 лет** | **Подгот. гр.** **6 – 7 лет** |
| **Количество детей в группах общеразвивающей направленности – п. 1.9** | **не менее 2,5 м2 на** **1 ребёнка** | **не менее 2,0 м2 на 1 ребёнка** |
| **Питание** | **Организация питания** **– п. 4.32** | Питание детей организуется в помещении групповой |
| **Кратность приёма пищи в ДОО с 12-часовым пребыванием** **– п. 15.4, 15.11** | 4-х разовое (завтрак, 2-й завтрак, обед, уплотнённый полдник) |
| **Интервал оптимального приёма пищи****– п. 11.7, 15.7** | 3-4 часа (не более 4-х часов)(завтрак 8.30 – 9.00, 2-й завтрак 10.30 – 11.00, обед 12.00 – 13.00, полдник 15.30 – 16.00) |
| **Требования к меню** **– п. 15.13** | Меню ежедневно вывешивается в каждой групповой ячейке (указывается наименование блюда и объём порции, а также замены для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом). |
| **Прогулка – п. 11.5, 11.6** | **2 раза в день** (в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой).**3 – 4 часа ежедневно**При температуре воздуха ниже минус 150С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать. |
| **Дневной сон** | **Продолжительность – п.11.7** | **не менее** **3 часов** **для детей 1,5 – 3 лет**  | **2 – 2,5 часа для детей 3 – 7 лет** |
| **Особенности – п.11.7** | Во время сна детей присутствие воспитателя в спальне обязательно.Перед сном не рекомендуется проведение эмоциональных игр, закаливающих процедур.Зашторивание окон в спальных помещениях допускается лишь во время сна детей, в остальное время шторы должны быть раздвинуты в целях обеспечения инсоляции помещения. |
| **Требования к проветриванию** **– п. 8.5, 8.6** | Все помещения дошкольной организации должны ежедневно проветриваться. Сквозное проветривание проводят не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. В помещениях групповых и спальнях следует обеспечить естественное сквозное или угловое проветривание. Проветривание через туалетные комнаты не допускается.В присутствии детей допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года.Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы. Проветривание проводится в отсутствие детей и заканчивается за 30 минут 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 проводится до дневного сна.При проветривании во время сна фрамуги, форточки открываются с одной стороны и закрывают за 30 минут до подъема.В холодное время года фрамуги, форточки закрываются за 10 минут до отхода ко сну детей. В теплое время года сон (дневной и ночной) организуется при открытых окнах (избегая сквозняка). |
| **Требования к белью – п.17.14-17.16** | Смена постельного белья, полотенец проводится по мере загрязнения, но не реже одного раза в неделю. Все белье маркируется.Постельное белье, кроме наволочек, маркируется у ножного края. На каждого ребенка необходимо иметь три комплекта белья, включая полотенца для лица и ног, и две смены наматрасников. Чистое белье доставляется в мешках и хранится в шкафах.Белье после употребления складывается в специальный бак, ведро с крышкой, клеенчатый, пластиковый или из двойной материи мешок. Постельные принадлежности: матрацы, подушки, спальные мешки проветриваются непосредственно в спальнях при открытых окнах во время каждой генеральной уборки и периодически на специально отведенных для этого площадках хозяйственной зоны. Рекомендуется один раз в год постельные принадлежности подвергать химической чистке или обработке в дезинфекционной камере. |
| **Максимально допустимый** **объем образовательной нагрузки** **в течение дня** **– п. 11.9, 11.11, 11.12** | **1-я половина дня** | Допускается осуществлять НОД в 1-ю и во 2-ю половину дня **(по 8–10 мин.)**Допускается осуществлять НОД на игровой площадке во время прогулки | **не превышает****30 мин.** | **не превышает****40 мин.** | **не превышает****45 мин.** | **не превышает****1 ч. 30 мин.** |
| **2-я половина дня** |  |  | НОД с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во 2-й половине дня после дневного сна. **Продолжительность –** **не более 25–30 мин. в день** |
| **Длительность (продолжительность) непрерывной НОД** **– п.11.9, 11.10** | **Не более****10 минут** | **Не более****15 минут** | **Не более****20 минут** | **Не более****25 минут** | **Не более****30 минут** |
| **Перерывы между периодами НОД – п. 11.11** | **Не менее 10 минут** |
| **Физкультминутка** **– п. 11.11, 11.12** | В середине времени, отведённого на НОД (в середине НОД статического характера). |
| **НОД – п. 11.13** | НОД, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в 1-ю половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п. |
| **Занятия с использованием компьютерной техники** **– п. 12.21** | При проведении занятий детей с использованием компьютерной техники, организация и режим занятий должны соответствовать требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. |
| **Игрушки**  | **Качество игрушек** **– п. 6.10**  | В ДОО используются игрушки, безвредные для здоровья детей, отвечающие санитарно-эпидемиологическим требованиям и имеющие документы, подтверждающие безопасность, которые могут быть подвергнуты влажной обработке (стирке) и дезинфекции. Мягконабивные и пенолатексные ворсованные игрушки для детей дошкольного возраста следует использовать только в качестве дидактических пособий. |
| **Требования к уходу за игрушками** **– п. 17.2, 17.12, 17.13** | Приобретенные игрушки (за исключением мягконабивных) перед поступлением в групповые моются проточной водой (температура 37°С) с мылом или иным моющим средством, безвредным для здоровья детей, и затем высушивают на воздухе.Пенолатексные ворсованые игрушки и мягконабивные игрушки обрабатываются согласно инструкции изготовителя.Игрушки, которые не подлежат влажной обработке (мытью, стирке), используются только в качестве дидактического материала.Игрушки моются ежедневно в конце дня, а в группах для детей младенческого и раннего возраста - 2 раза в день. Кукольная одежда стирается по мере загрязнения с использованием детского мыла и проглаживается. Игрушки моют в специально выделенных, промаркированных емкостях. |
| **Уголок природы – п. 6.11, 7.5** | Размещение аквариумов, животных, птиц в помещениях групповых не допускается. Не рекомендуется размещать цветы в горшках на подоконниках в групповых и спальных помещениях. |
| **Занятия по физическому развитию ООП** **– п. 12.4, 12.5, 17.1** | **Количество** | Осуществляют по подгруппам **2 – 3 раза в неделю** в групповом помещении или физкультурном зале | **Не менее** **3-х раз в неделю** | **Не менее** **3-х раз в неделю**Для детей 5 – 7 лет 1 раз в неделю круглогодично следует организовывать занятия по физическому развитию на открытом воздухе (при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям) |
| **Длительность** | **10 – 15 мин.** | **15 минут** | **20 минут** | **25 минут** | **30 минут** |
| **Особенности** | В тёплое время года НОД по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.Влажная уборка спортивных залов проводится 1 раз в день и после каждого занятия. Спортивный инвентарь ежедневно протирается влажной ветошью, маты - с использованием мыльно-содового раствора. Ковровые покрытия ежедневно очищаются с использованием пылесоса. Во время генеральных уборок ковровое покрытие подвергается влажной обработке. Возможно использование моющего пылесоса. После каждого занятия спортивный зал проветривается в течение не менее 10 минут. |
| **Организация плавания** **– п. 12.7, 12.9, 4.19** | **Продолжительность**  |  | **15 – 20 мин.** | **20 – 25 мин.** | **25 – 30 мин.** | **25 – 30 мин.** |
| **Особенности** | Для профилактики переохлаждения детей плавание в бассейне не следует заканчивать холодовой нагрузкой.Прогулку детей после плавания в бассейне организуют не менее чем через 50 минут, в целях предупреждения переохлаждения детей.Дети могут посещать бассейн и сауну только при наличии разрешения врача-педиатра. Присутствие медицинского персонала обязательно во время плавания детей в бассейне и нахождения их в сауне.При строительстве, обустройстве и эксплуатации бассейна для детей ДОО должны соблюдаться санитарно-эпидемиологические требования к устройству плавательных бассейнов, их эксплуатации, качеству воды плавательных бассейнов и контролю качества. |
| **Закаливание детей – п. 12.6** | Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры.Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы дошкольной образовательной организации. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка. |
| **Тёплое время года** **– п. 12.5, 8.5, 8.6** | В тёплое время года НОД по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе. В присутствии детей допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года.В теплое время года сон (дневной и ночной) организуется при открытых окнах (избегая сквозняка). |
| **Продолжительность непрерывного бодрствования детей – п. 11.4** | Дети до 3-х лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями | Максимум для детей 3 – 7 лет: **5,5 – 6 часов** |
| **Самостоятельная деятельность детей – п. 11.8** |  | Самостоятельная деятельность детей 3 – 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена): **не менее 3 – 4 часов в день** |
| **Объём двигательной активности воспитанников** **– п. 12.2, 12.10** |  | Объем двигательной активности воспитанников 5-7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности: **6-8 часов в неделю** с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы ДОО |
| **Формы двигательной деятельности:** утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажёрах, плавание и др.)Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений. |
| **Ежедневный утренний приём детей – п. 11.2** | Ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями и (или) медицинскими работниками, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. По показаниям (при наличии катаральных явлений, явлений интоксикации) ребенку проводится термометрия.Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в ДОО не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в помещениях медицинского блока) до прихода родителей или их госпитализации в лечебно-профилактическую организацию с информированием родителей. |

ДОО – дошкольная образовательная организация

НОД – непосредственно образовательная деятельность

ООП – основная образовательная программа

Ясли = группа раннего возраста