### **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