

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 102 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по художественно-эстетическому направлению развития детей»
(Детский сад № 102)**

**Утверждено приказом
Исполняющего обязанности заведующего
Детским садом № 102
от 31.08.2026 г. № 78**

**Режим занятий воспитанников
Детского сада № 102**

1. Общие положения

1.1. Настоящий Режим занятий воспитанников (далее – Режим), разработан на основании:

- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации",
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»,
- Постановления главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 г № 18 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.4282-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (вместе с "СанПиН 2.3/2.4.4282-26. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы...") (Зарегистрировано в Минюсте России 02.06.2026 N 86854),
- Постановления главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г № 3 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.1.3684-21 «Санитарно-эпидемиологические требования к содержанию территорий городских и сельских поселений к водным объектам, питьевой воде, водоснабжению, атмосферному воздуху, почвам, жилым помещениям, эксплуатации производственных общественных помещений, организации и проведению санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий»,
- Устава муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 102 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению развития детей» (утвержден приказом начальника органа местного самоуправления «Управление образования города Каменска-Уральского» 01.02.2016 г. № 76

1.2. Основная цель Режима занятий воспитанников – создание условий для сохранения физического и психического здоровья детей, обеспечение гармоничного развития в соответствии с их возрастными особенностями на основе соблюдения гигиенических норм и требований к организации образовательной деятельности, а также к деятельности по присмотру и уходу за детьми.

1.3. Режим рассчитан на 12-часовое (полный день) пребывание воспитанника в Детском саде.

1.4. Основу Режима составляет установленный распорядок сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных мероприятий и процедур, занятий, прогулок, совместной и самостоятельной деятельности воспитанников.

1.5. Настоящий Режим занятий воспитанников является локальным нормативным актом, регламентирующим образовательную деятельность Детского сада в соответствии с основной общеобразовательной программой – образовательной программой дошкольного образования Детского сада № 102.

1.6. Режим занятий утверждается приказом заведующего Детским садом на неопределенный срок. Данный режим занятий применяется до издания нового.

2. Организация образовательного процесса.

2.1. Продолжительность занятий для детей:

- от 1 года до 3 лет – не более 10 минут
- от 3 лет до 4 лет – не более 15 минут
- от 4 лет до 5 лет – не более 20 минут
- от 5 лет до 6 лет – не более 25 минут
- от 6 лет до 7 лет – не более 30 минут

2.2. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей

- от 1 года до 3 лет – не более 20 минут
- от 3 лет до 4 лет – не более 30 минут
- от 4 лет до 5 лет – не более 40 минут
- от 5 лет до 6 лет – не более 50 минут (75 минут при организации 1 занятия после сна)
- от 6 лет до 7 лет – не более 90 минут (+ 2 занятия в неделю во вторую половину дня)

2.3 Для воспитанников раннего возраста от 1 года до 3 лет образовательная деятельность осуществляется в первую и во вторую половину дня. Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

2.4 Образовательная деятельность с воспитанниками старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине занятия статического характера проводятся физкультурные минутки.

2.5. Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения воспитанников, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления воспитанников рекомендуется проводить физкультурные и музыкальные занятия. Перерывы между занятиями составляют не менее 10 минут.

2.6. Занятия по физическому развитию для воспитанников в возрасте от 3 до 7 лет организуется не менее 3 раз в неделю. Длительность зависит от возраста воспитанников и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

2.7. С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию проводят по подгруппам 3 раза в неделю продолжительностью 10 мин. соответственно. Занятия по физическому развитию с детьми второго и третьего года жизни проводят в групповом помещении. Рекомендованное количество детей для занятий по физическому развитию зависит от их возраста: от 1 года до 2 лет – 4-6 чел., от 2 до 3 лет – 8 чел.

2.8. Один раз в неделю для воспитанников 5 - 7 лет организуются занятия по физическому развитию воспитанников на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у воспитанников медицинских противопоказаний и наличии у воспитанников спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе определяется по совокупности метеорологических условий. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале. В теплое время года при благоприятных

метеорологических условиях занятия по физическому развитию рекомендовано организовывать на открытом воздухе.

2.9. Образовательная деятельность осуществляется во время учебного года, продолжительность которого устанавливается календарным учебным графиком. В летний оздоровительный период в группах реализуется образовательная деятельность познавательной, художественно-эстетической и оздоровительной направленности в различных видах детской деятельности в соответствии с возрастным периодом.

2.10. Ежегодно, на начало учебного года составляется расписание занятий для каждой возрастной группы, которое утверждается приказом заведующего Детским садом № 102.

3.Режим питания.

3.1. Режим питания в Детском саду № 102 устанавливается по строго отведенному времени (графику). В Детском саду организуется трехразовое питание: завтрак, обед, усиленный полдник.

3.2. Прием пищи организуется с интервалом не более 4 часов

3.3. Для обеспечения полноценного и разнообразного питания детей, родителей информируют об ассортименте питания ребёнка, размещая ежедневное меню в каждой возрастной группе в информационном стенде для родителей и на сайте детского сада .

4. Режим занятий с применением электронных средств обучения

4.1. Занятия по дополнительным общеобразовательным программам с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от пяти лет и старше.

4.2. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов электронных средств обучения на занятиях по реализации образовательной программы дошкольного образования и дополнительных общеобразовательных программ в день составляет:

Электронное средство обучения	Возраст воспитанника	Продолжительность, мин., не более	
		На одном занятии	В день
Интерактивная доска	5-7	7	20
Интерактивная панель	5-7	5	10
Персональный компьютер, ноутбук	6-7	15	20
Планшет	6-7	10	10

4.3. Для воспитанников 5-7 лет продолжительность непрерывного использования: экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками, составляет 5–7 минут; наушников составляет не более часа. Уровень громкости устанавливается до 60 процентов от максимальной.

4.4. Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз.

5. Самостоятельная деятельность воспитанников.

На самостоятельную деятельность воспитанников в возрасте от 3-х до 7 лет (игры, личная гигиена) отводится не более 3-4 часов

6. Прогулки

6.1. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. Во время прогулки с воспитанниками проводятся игры, физические упражнения, наблюдения, экскурсии

6.2. Продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3 часов. Продолжительность прогулки определяется Детским садом в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

7. Дневной сон.

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

7.2. Продолжительность дневного сна для детей от 1 года до 3 лет не менее 3 часов. Для детей от 1 года до 1, 5 лет организуется два дневных сна. Для детей с 4 до 7 лет продолжительность сна составляет не менее 2,5 часов.

7.3. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур.

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

7.5. После дневного сна ежедневно организуется пробуждающая зарядка, закаливающие процедуры.

8. Двигательный режим.

8.1. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия организуются с учетом группы здоровья, возраста воспитанников и времени года. Используются формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на открытом воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика и другие.

8.2. В объеме двигательной активности воспитанников 5-7 лет предусмотрена в организованных формах оздоровительно-воспитательная деятельность 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей воспитанников, времени года и режима работы Детского сада.

8.3. Для реализации двигательной деятельности воспитанников используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом воспитанника.

8.4. Для реализации двигательной деятельности предусмотрены различные формы организации образовательного процесса: занятия легкой атлетикой, баскетболом в рамках, лыжами в рамках задач, предусмотренных программой.

9. Ответственность.

9.1. Детский сад несет ответственность за жизнь, здоровье воспитанников, реализацию в полном объеме режима занятий, качество реализуемой основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям воспитанников.