

Положение о режиме занятий воспитанников.

1. Общие подходы к организации режима дня.

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ДООУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и реальные потребности семей и воспитанников, возможно посещение детского сада по индивидуальному графику.

Режим дня устанавливается с учетом:

- времени пребывания детей в группе, определенном в **Договоре** с родителями (законными представителями);

- действующих **СанПиН 2.4.3648-20** "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573).

Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5- 6 часов.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее **3 – 4 часов**. Прогулку организуют **2** раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой, при этом возможно проведение прогулки родителями (даются рекомендации о вечерней прогулке). Учитываются погодные условия: при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с.

Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДООУ.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 – 12,5 часов, из которых 2,0 – 2,5 отводится дневному сну. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр.

Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов.

2. Особенности организации режима занятий с детьми.

Количество и продолжительность организованной образовательной деятельности (непрерывной образовательной деятельности, занятий) устанавливаются в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами и требованиями (**СанПиН 2.4.3648-20**):

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности:

- для детей от 3 до 4 лет – не более 15 минут,
- для детей от 4 до 5 лет – не более 20 минут,
- для детей от 5 до 6 лет – не более 25 минут,
- для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут.

В середине времени, отведённого на образовательную деятельность, проводятся физкультурные минутки, динамические паузы, двигательные разминки. При необходимости

предусматриваются перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми младшего и старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня.

В учебном плане ДООУ д/с № 21, который является приложением к реализуемой основной образовательной программе дошкольного образования, определяется распределение основных видов деятельности, которые могут быть реализованы через предусмотренные основной образовательной программой формы организации деятельности, в том числе комплексные и/или интегрированные занятия.

В этом случае (в соответствии СанПиН 2.4.3648-20) максимально допустимый объём образовательной нагрузки в первой половине дня:

- в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно,
- в старшей и подготовительной группах – 45 минут и 1,5 часа соответственно.

В группах старшего дошкольного возраста также возможно проведение занятий во второй половине дня, продолжительность – 25-30 минут (эти занятия могут быть дополнительными или коррекционно-развивающими).

Расписание или сетку занятий структурные подразделения разрабатывают самостоятельно исходя из утвержденного учебного плана.

Для дополнительных услуг составляется отдельное расписание с учетом возрастных требований к учебной нагрузке (1 занятие в день, не более 3х занятий в неделю) и выбора родителей.

Планирование/проектирование образовательной деятельности в части количества занятий в месяц, в год, осуществляется с учетом календарного учебного графика.

В основной образовательной программе предусматриваются особенности режима занятий и распорядка дня в разных возрастных группах с учетом летнего периода.

Для эффективной организации образовательной деятельности в ООП определяется Примерное соотношение самостоятельной (свободной), регламентированной и нерегламентированной деятельности с учетом возраста детей и распределение времени по освоению обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений.