

## Режим занятий обучающихся в МАДОУ № 15 «Сибирячок»

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида № 15 «Сибирячок» (далее - учреждение) функционирует в режиме полного дня (12 часового пребывания).

Режим работы учреждения:

- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы: с 7 до 19 часов;
- выходные дни: суббота, воскресенье, праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

### Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

Показатель	Возраст	Норматив
<b>Требования к организации образовательного процесса</b>		
Начало занятий, не ранее	все возрасты	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 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
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 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна
	от 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут
<b>Показатели организации режима дня</b>		
Продолжительность ночного сна, не менее	1-3 года	12 часов
	4-7 лет	11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	1-3 года	3 часа
	4-7 лет	2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее (2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом домой)	для детей до 7 лет	3 часа в день  (продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже 15 <sup>0</sup> С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается)
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее	все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

## Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения

Вид организации	Продолжительность, либо время нахождения ребенка в организации	Количество обязательных приемов пищи
Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру	11-12 часов	завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник (с интервалом 3-4 часа)

На самостоятельную деятельность детей 3 – 7 лет (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3 – 4 часов.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения, организуется в первой половине дня.

Формами двигательной деятельности детей в учреждении являются утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения и другие.

Суммарный объем двигательной активности для всех возрастов составляет не менее 1 часа в день. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений, а также самостоятельная деятельность детей.