



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА НОВОСИБИРСКА «ДЕТСКИЙ САД № 192», краткое наименование - МБДОУ д/с № 192  
ИНН 5403106947 КПП 540301001 ЕКС 40102810445370000043  
УФК по Новосибирской области (ДФ и НП мэрии, МБДОУ д/с № 192, л/с № 02513007890)  
Банк Сибирское ГУ Банка России// УФК по Новосибирской области г. Новосибирска Р/с  
03234643507010005100 БИК 015004950 л/с 014.02.442.8  
630119 г. Новосибирск ул. Зорге, 189/1, тел. 3-47-40-80, 349-15-80, 349-15-90

Принято  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 3 от «11» 01 2024г.



Принято  
Общим собранием работников Учреждения  
протоколом № 2  
от «03» 01 2024г.

Принято  
Советом Учреждения  
протоколом № 2  
от «03» 01 2024г.

Принято  
Родительским комитетом Учреждения  
протоколом № 2  
от «10» 01 2024г.

**Положение о режиме занятий и учебной нагрузке  
в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении  
«Детский сад № 192»**

**1. Общие положения**

1.1. Режим занятий воспитанников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Новосибирска «Детский сад № 192» (далее – Учреждение) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования», СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28, Уставом МБДОУ д/с № 192.

1.2. Режим занятий воспитанников, включая детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - детей ОВЗ), устанавливает продолжительность организованной образовательной деятельности и максимально допустимый объем образовательной нагрузки при организации образовательного процесса с учетом требований по организации физического воспитания детей дошкольного возраста.

1.3 Организация образовательного процесса в Учреждении осуществляется в соответствии с основной образовательной программой и адаптированными образовательными программами дошкольного образования Учреждения и с графиком организованной образовательной деятельности с детьми.

1.4. Режим занятий и режим дня разрабатывается Учреждением самостоятельно с учетом возрастных особенностей детей и ежегодно утверждается приказом заведующего.

## **2. Режим работы Учреждения**

2.1. Режим работы Учреждения: пятидневная рабочая неделя.

2.2. Дошкольные группы в Учреждении функционируют в режиме полного дня (12-часового пребывания) – с 7 ч 00 мин до 19 ч 00 мин. Выходными днями являются суббота и воскресенье.

## **3. Режим занятий и учебной нагрузки**

3.1. Образовательный процесс проводится во время учебного года и длится с 01 сентября по 31 мая.

3.2. Продолжительность учебного года для детей дошкольного возраста – 36 недель.

3.3. Для воспитанников группы раннего возраста устанавливается адаптационный период пребывания в Учреждении.

3.4. Режим занятий и режим дня разрабатывается Учреждением самостоятельно и ежегодно утверждается приказом заведующего Учреждением по каждой возрастной группе с учетом возрастных особенностей детей и способствует их гармоничному развитию:

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

3.4.2. Продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется Учреждением самостоятельно в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращаются. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой.

3.4.3. Прием пищи организуется с интервалом 3-4 часа согласно утвержденного, Заведующим Учреждения, режима дня.

3.4.4. Общая продолжительность дневного сна составляет 2 - 2,5 часа. Для детей в возрасте от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не допускается проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или младшего воспитателя) в спальне обязательно.

3.4.5. Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) организуется в объеме не менее 3 – 4 часов.

3.5. Продолжительность организованной образовательной деятельности составляет не более:

- 10 мин для детей раннего возраста – от полутора до трех лет, при организации образовательной деятельности в первую и вторую половину дня – по 8–10 мин;
- 15 мин в младшей группе – для детей от трех до четырех лет;
- 20 мин в средней группе – для детей от четырех до пяти лет;
- 25 мин в старшей группе – для детей от пяти до шести лет;
- 30 мин в подготовительной группе – для детей от шести до семи лет.

3.6. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня: - в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно; - в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами организованной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

3.7. Продолжительность образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста во второй половине дня после дневного сна не более 25 - 30 минут в день. В середине организованной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки. Перерывы между периодами организованной образовательной деятельности составляют не менее 10 мин.

#### 4. Режим физического воспитания

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года и рекомендаций медицинских работников в целях улучшения здоровья и физического развития, расширения функциональных возможностей детского организма, формирования двигательных навыков и двигательных качеств.

В Учреждении используются следующие формы двигательной деятельности:

- утренняя гимнастика,
- занятия физической культурой в помещении и на воздухе,
- физкультурные минутки, подвижные игры,
- спортивные упражнения,
- ритмическая гимнастика и др.

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Физическое развитие детей второго и третьего года жизни осуществляют по подгруппам 2 – 3 раза в неделю. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

**Продолжительность занятий по физическому развитию:**

- для детей в возрасте от 2 до 3 лет 0-15 минут;
- в младшей группе - 15 минут,
- в средней группе - 20 минут,
- в старшей группе - 25 минут,
- в подготовительной группе - 30 минут.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет организовываются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе, при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованную образовательную деятельность по физическому развитию организовывается на открытом воздухе.

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
- учет индивидуальных особенностей ребенка.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

## **5. Организация каникул в детском саду**

Летние каникулы начинаются с 01 июня и заканчиваются 31 августа. В середине учебного года (январь) для детей организуются недельные каникулы, во время которых проводится организованная образовательная деятельность художественно-эстетического и физического направлений. Образовательная деятельность организуется в игровой форме (в виде викторин, дидактических игр, тематических праздников, развлечений, драматизаций и т.п.).