

Требования к режиму дня в соответствии с СанПиН -2.4.1.3049-13

Рекомендации по организации режима пребывания в детском саду в соответствии с СанПиН - 2.4.1.3049-13 для разных возрастных групп.

Требования к режиму дня и организации воспитательно-образовательного процесса в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для дошкольных организаций, 2013 г. (СанПиН 2.4.1.3049-13)

Форма работы (пункт СанПиН 2.4.1.3049-13)	Ясельная гр. 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	исходя из расчета площади групповой комнаты не				
	менее 2,5 м2 на 1 ребёнка	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. 15.11	Кратность приема пищи определяется временем пребывания детей и режимом работы групп (завтрак или обед, или завтрак и обед, или полдник).			
	Интервал оптимального приёма пищи – п. 11.7, 15.11	<p>При организации режима пребывания детей в дошкольных образовательных организациях (группах) более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3 - 4 часа.</p> <p>Для детей, начиная с 9-месячного возраста, оптимальным является прием пищи с интервалом не более 4 часов.). (завтрак 8.30 – 9.00, 2-й завтрак 10.30 – 11.00, обед 12.00 – 13.00, полдник 15.30 – 16.00)</p>			
	Требования к меню – п. 15.7, 15.8, 15.9, 15.13	<p>В дошкольной образовательной организации, функционирующей в режиме 8 и более часов, примерным меню должно быть предусмотрено ежедневное использование в питании детей: молока, кисломолочных напитков, мяса (или рыбы), картофеля, овощей, фруктов, хлеба, круп, сливочного и растительного масла, сахара, соли. Остальные продукты (творог, сметана, птица, сыр, яйцо, соки и другие) включаются 2 - 3 раза в неделю.</p> <p>При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам. При отсутствии свежих овощей и фруктов возможна их замена в меню на соки, быстрозамороженные овощи и фрукты.</p> <p>На основании утвержденного примерного меню ежедневно составляется меню-раскладка, с указанием выхода блюд для детей разного возраста. Допускается составление (представление) меню-раскладки в электронном виде. Рекомендуется для заказа продуктов с учетом принятой логистики организации питания дошкольной образовательной организации составлять меню-требование.</p> <p>Меню ежедневно вывешивается в каждой групповой ячейке (указывается наименование блюда и объём порции, а также замены для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом).</p>			
	Особенности – п.17.1	Влажная уборка проводится в групповых - после каждого приема пищи.			
Прогулка – п. 11.5, 11.6	<p>Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.</p>				

		Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.				
Дневной сон	Продолжительность – п.11.7	Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов.	Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон.			
	Особенности – п.11.7, 17.1	Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно. Влажная уборка в спальнях проводится после дневного сна.				
	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, 17.15, 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. Грязное белье доставляется в постирочную (или специальное помещение). Матерчатые мешки стираются, клеенчатые и пластиковые - обрабатываются горячим мыльно-содовым раствором. 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	1-я половина дня	Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во	не превышает 30 мин	не превышает 40 мин	не превышает 45 мин	не превышает 1 ч. 30 мин

нагрузки в течение дня – п. 11.9, 11.11, 11.12		вторую половину дня (по 8 - 10 минут)				
	2-я половина дня	Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и вторую половину дня (по 8 - 10 минут)			ООД 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 ООД – п.11.9, 11.10		Не должна превышать 10 мин.	Не более 10 минут	Не более 15 минут	Не более 25 минут	Не более 30 минут
Перерывы между периодами ООД – п. 11.11		Не менее 10 минут				
Физкультминутка – п. 11.11, 11.12		В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.				
Образовательная деятельность – п. 11.13		Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.				
Игрушки	Качество игрушек – п. 6.10	В дошкольных образовательных организациях 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 ворсованные 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 спальнях помещениях.				
Занятия по	Количество	По	Не менее 3-х раз в неделю	Не менее 3-х раз в неделю		

физическому развитию ООП – п. 12.4, 12.5, 12.10, 17.1		подгруппам 2 - 3 раза в неделю в групповом помещении или в физкультурно м зале.			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 минут	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
	Особенности	<p>Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.</p> <p>В тёплое время года ООД по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.</p> <p>Влажная уборка спортивных залов проводится 1 раз в день и после каждого занятия.</p> <p>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.</p> <p>После каждого занятия спортивный зал проветривается в течение не менее 10 минут.</p>				
Закаливание детей – п. 12.2, 12.6	<p>Закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.</p> <p>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.</p>					
Тёплое время года – п. 12.5, 8.5, 8.6	<p>В тёплое время года ООД по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.</p> <p>В присутствии детей допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года.</p> <p>В теплое время года сон (дневной и ночной) организуется при открытых окнах (избегая сквозняка).</p>					
Продолжительность непрерывного бодрствования детей – п. 11.4	до 3 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	Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.					

	<p>Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах, плавание и другие.</p> <p>Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.</p>		
			<p>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</p>
<p>Ежедневный утренний приём детей – п.</p> <p>11.2</p>	<p>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.</p>		

ДОО – дошкольная образовательная организация

ООД – организованная образовательная деятельность

ООП – основная образовательная программа