

САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К УСТРОЙСТВУ, СОДЕРЖАНИЮ И ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА РАБОТЫ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13

XI. Требования к приему детей в дошкольные образовательные организации, режиму дня и организации воспитательно-образовательного процесса

11.1. Прием детей, впервые поступающих в дошкольные образовательные организации, осуществляется на основании медицинского заключения.

11.2. 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 дошкольные образовательные организации 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.

11.3. После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней) детей принимают в дошкольные образовательные организации только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными.

11.4. 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**, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

11.5. **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.

11.6. **Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой**.

11.7. **При организации режима пребывания детей в дошкольных образовательных организациях (группах) более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3 - 4 часа и дневной сон; при организации режима**

пребывания детей до 5 часов - организуется однократный прием пищи.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Для детей от 1 года до 1,5 года дневной сон организуют дважды в первую и вторую половину дня общей продолжительностью до 3,5 часов. Оптимальным является организация дневного сна на воздухе (веранды). Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.

11.8. На самостоятельную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3 - 4 часов.

11.9. Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

11.10. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.

11.11. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а 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 непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

11.12. Образовательная деятельность с детьми 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 непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

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.

ХII. Требования к организации физического воспитания

12.1. Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

12.2. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

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.

В объеме двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных образовательных организаций.

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

12.3. Физическое развитие детей первого года жизни организуют в форме индивидуальных занятий, включающих комплексы массажа и гимнастики по назначению врача.

Реализация основной образовательной программы для детей первого года жизни проводится с каждым ребенком индивидуально в групповом помещении ежедневно не ранее чем через 45 минут после еды.

Длительность занятия с каждым ребенком составляет 6 - 10 минут.

Начиная с 9 месяцев, помимо комплексов гимнастики и массажа, с детьми проводят разнообразные подвижные игры в индивидуальном порядке. Допускается объединение детей в небольшие группы (по 2 - 3 ребенка).

Для реализации основной образовательной программы по физическому развитию в индивидуальной форме рекомендуется использовать стол высотой 72 - 75 см, шириной 80 см, длиной 90 - 100 см, имеющим мягкое покрытие из материалов, позволяющих проводить влажную обработку и дезинфекцию; стол сверху накрывается пленкой, которая меняется после каждого ребенка.

12.4. С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2 - 3 раза 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.

Рекомендуемое количество детей в группе для занятий по физическому

развитию и ее длительность в зависимости от возраста детей представлена в таблице 2.

Таблица 2

Рекомендуемое количество детей в группе
для занятий по физическому развитию и их продолжительность
в зависимости от возраста детей в минутах

	Возраст детей			
	от 1 г. до 1 г. 6 м.	от 1 г. 7 м. до 2 лет	от 2 лет 1 м. до 3 лет	старше 3 лет
Число детей	2 - 4	4 - 6	8 - 12	Вся группа
Длительность занятия	6 - 8	8 - 10	10 - 15	15

12.5. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

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

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

12.6. 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.

12.7. При организации плавания детей используются бассейны, отвечающие санитарно-эпидемиологическим требованиям к плавательным бассейнам.

Продолжительность нахождения в бассейне в зависимости от возраста детей должна составлять: в младшей группе - 15 - 20 мин., в средней группе - 20 - 25 мин., в старшей группе - 25 - 30 мин., в подготовительной группе - 25 - 30 мин. Для профилактики переохлаждения детей плавание в бассейне не следует заканчивать холодной нагрузкой.

Прогулку детей после плавания в бассейне организуют не менее чем через 50 минут, в целях предупреждения переохлаждения детей.

12.8. При использовании сауны с целью закаливания и оздоровления детей необходимо соблюдать следующие требования:

- во время проведения процедур необходимо избегать прямого воздействия теплового потока от калорифера на детей;
- в термокамере следует поддерживать температуру воздуха в пределах 60 - 70 °С при относительной влажности 15 - 10%;
- продолжительность первого посещения ребенком сауны не должна превышать 3 минут;
- после пребывания в сауне ребенку следует обеспечить отдых в специальной комнате и организовать питьевой режим (чай, соки, минеральная вода).

12.9. Дети могут посещать бассейн и сауну только при наличии разрешения врача-педиатра. Присутствие медицинского персонала обязательно во время плавания детей в бассейне и нахождения их в сауне.

12.10. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать 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.

Рекомендации к составлению режима дня

№ по СанПиН	Требование СанПиН 2.4.1.3049-13	Методические рекомендации
11.4	Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов	В режиме дня детей 3-7 лет учитывается время с момента утреннего приема и до окончания обеда, которое должно составлять 5,5 – 6 часов. После дневного сна и до ухода домой также – 5,5 – 6 часов
11.5	Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа	В режиме дня время прогулок в сумме составляет 3 – 4 часа
11.6	Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.	Время прогулки необходимо предусмотреть: 1) в часы утреннего приема, после НОД; 2) после 16.00. и после 18.00.
11.7	При организации режима пребывания детей в дошкольных образовательных организациях (группах) более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3 - 4 часа и дневной сон	Например, для детей подг. гр.: в 8.30. – завтрак; через 4 часа в 12.30. – обед; через 3 часа в 15.30. – полдник через 3 часа в 18.30. – ужин
	Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон.	Учитывается в режиме дня для детей дошкольного возраста

	Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов.	Учитывается в режиме дня для детей от 1,5 до 3-х лет (режимный момент – «дневной сон»)
	Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур.	Учитывается при планировании
	Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.	Выполнение инструкции по ОЖ и ЗД
Для определения времени режимного момента с учетом требований Сан ПиН, необходимо правильно его рассчитать в пределах предусмотренных норм (п.п. 11.4, 11.5, 11.6, 11.7)		
11.8	На самостоятельную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3 - 4 часов.	Самостоятельную деятельность необходимо указать в режимных моментах, время которых в сумме составит 3-4 часа
11.9	Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.	В режиме дня необходимо указать время НОД или только в первую половину дня, или в первую и во вторую
11.10	Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.	В режиме дня рассчитывается время с учетом количества НОД по возрасту детей (смотреть п.11.11)
11.11	Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой	В режиме дня указывается

	<p>половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной – 50 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.</p>	<p>рассчитанное время с учетом перерывов</p>
11.12	<p>Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день.</p>	<p>Во второй половине дня режима дня для детей старшего дошкольного возраста может быть указывается проведение НОД не более 25 – 30 минут, т.е. проводится только одно мероприятие.</p>
	<p>В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.</p>	<p>Проведение физкультминутки обязательно. Учитывается при планировании</p>

**Рекомендации к составлению схемы
распределения НОД.....
(расписания НОД)**

№ по СанПиН	Требование СанПиН 2.4.1.3049-13	Методические рекомендации
11.9	<p>Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут).</p> <p>Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.</p>	<p>Целесообразность проведения в течение дня определяется ДОУ самостоятельно с учетом конкретных условий. Длительность НОД составляет 8-10 мин (не более)</p> <p>Учитывается при планировании</p>
11.10	<p>Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.</p>	<p>Указывается время соответственно для каждого вида детской деятельности с учетом основной образовательной области и интеграции других образовательных областей.</p> <p>Определяется количество НОД по возрасту детей (смотреть п.11.11)</p>
11.11	<p>Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной – 50 минут и 1,5 часа соответственно.</p>	<p>В младшей, средней и старшей группах в первую половину дня может проводиться одно или два образовательных мероприятия. А в подготовительной – три.</p>

	<p>В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки.</p>	<p>Учитывается при проведении НОД и при разработке модели двигательной активности детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста в условиях ДОУ</p>
	<p>Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.</p>	<p>Учитывается в схеме (в расписании) по времени между НОД</p>
11.12	<p>Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день.</p>	<p>Предусматривается время(25 – 30 минут) в схеме (в расписании) во второй половине дня для детей старшего дошкольного возраста, т.е. проводится только одно мероприятие НОД.</p>
	<p>В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.</p>	<p>Проведение физкультминутки обязательно. Учитывается при планировании</p>
11.13	<p>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.</p>	<p>При ежедневном распределении видов детской деятельности и соответствующих образовательных областей необходимо чередовать образовательную деятельность повышенной познавательной активности и умственного</p>

		напряжения детей с образовательной деятельностью физкультурной и художественно-эстетической направленности
12.4	<p>12.4. С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2 - 3 раза 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.</p>	Учитывается в схеме (расписании) при распределении занятий по физическому развитию, указывая группу или ф/зал
12.5	<p>Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в младшей группе - 15 мин., - в средней группе - 20 мин., - в старшей группе - 25 мин., - в подготовительной группе - 30 мин. <p>Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.</p> <p>В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.</p>	Учитывается в схеме (в расписании) при распределении занятий по физическому развитию детей 3 – 7 лет

12.7	<p>При организации плавания детей используются бассейны, отвечающие санитарно-эпидемиологическим требованиям к плавательным бассейнам.</p> <p>Продолжительность нахождения в бассейне в зависимости от возраста детей должна составлять: в младшей группе - 15 - 20 мин., в средней группе - 20 - 25 мин., в старшей группе - 25 - 30 мин., в подготовительной группе - 25 - 30 мин.</p>	Учитывается в схеме (в расписании) при распределении занятий по физическому развитию детей 3 – 7 лет
	<p>Для профилактики переохлаждения детей плавание в бассейне не следует заканчивать холодной нагрузкой.</p> <p>Прогулку детей после плавания в бассейне организуют не менее чем через 50 минут, в целях предупреждения переохлаждения детей.</p>	Учитывается в образовательной программе

Требования к разработке режима (модели) двигательной активности детей дошкольного возраста в условиях ДОУ

Режим (модель) двигательной активности разрабатывается с учетом СанПиН 2.4.1.3049-13, раздела «XII. Требования к организации физического воспитания»