



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ЗАПАДНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ
г.МОСКВА

Автономная некоммерческая дошкольная образовательная
организация «Гармония»

121374 г.Москва, ул.Ращупкина, д.3, к-с 2, тел.(495) 440-19-82, 440-19-92, 440-67-35

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом
АНДОО «Гармония»
Протокол № 1 от 02.09.2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор АНДОО «Гармония»
Якубович П.А.
Приказ № 37 от 02.09.2024г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0222EFB0009B0028B45610BC4757A8002
Владелец: Якубович Павел Александрович
Действителен: с 13.11.2023 по 13.02.2025

Режим занятий обучающихся
Автономной некоммерческой дошкольной
образовательной организации «Гармония»

1. Общие положения

1.1. Режим занятий обучающихся Автономной некоммерческой образовательной организации «Гармония» (далее – Учреждение) разработан в соответствии:

- с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- СП2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 г. № 28, СанПиН1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 г. № 2,
- приказом Минобрнауки от 31.07.2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
- Уставом Учреждения.

2. Режим функционирования Учреждения

2.1. Учреждение работает по 5-тидневной рабочей неделе;

2.2. Режим работы Учреждения: с 08.00 до 20.00 (12 часов);

2.3. В субботу, воскресенье и праздничные дни Учреждение не работает;

2.4. Образовательный процесс осуществляется в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования Учреждения;

2.5. Образовательная деятельность проводится в соответствии с санитарно-гигиеническими правилами и возрастом обучающихся, перечнем организованной образовательной деятельности.

3. Режим занятий и учебной нагрузки обучающихся

3.1. Образовательная деятельность начинается в 9.00 часов утра;

3.2. Продолжительность одного образовательного занятия составляет не более:

- 10 мин. – для детей от двух до трех лет;
- 15 мин. – для детей от трех до четырех лет;
- 20 мин. – для детей от четырех до пяти лет;
- 25 мин. – для детей от пяти до шести лет;
- 30 мин. – для детей от шести до семи лет.

3.3. Продолжительность суммарной образовательной нагрузки в течение дня составляет не более:

- 20 мин. – для детей от двух до трех лет;
- 30 мин. – для детей от трех до четырех лет;
- 40 мин. – для детей от четырех до пяти лет;
- 50 мин. или 75 мин. при организации образовательного занятия после дневного сна – для детей от пяти до шести лет;
- 90 мин. – для детей от шести до семи лет.

3.4. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Её продолжительность должна составлять не более 25-30 минут в день. В середине непрерывной образовательной деятельности статистического характера проводятся физкультурные минутки;

3.5. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения обучающихся, следует организовывать в первой половине дня. Для профилактики утомления обучающихся рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.;

3.6. Образовательный процесс проводится во время учебного года;

3.7. **При использовании электронного средства обучения (далее - ЭСО)** с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет – 5-7 минут. Общая продолжительность использования ЭСО для обучающихся 5-7 лет не должна превышать

- для интерактивной доски на занятии не более 7мин., суммарно в день не более 20 мин.;
- для интерактивной панели – на занятии не более 5мин., суммарно в день не более 10 мин.;
- персональный компьютер, ноутбук (при наличии дополнительной клавиатуры) – не более 15 мин. на занятии, суммарно в день – не более 20 мин.;
- планшет – не более 10 мин. на занятии, суммарно в день – не более 10 мин.

Для определения продолжительности с пользования интерактивной доски на занятии рассчитывается суммарное время ее использования. Для вычисления продолжительности с пользования ЭСО индивидуального пользования определяется непрерывная продолжительность их использования на занятии. При использовании двух и более ЭСО суммарное время с ними не должно превышать максимум по одному из них. При использовании ЭСО во время занятий и перемен должна проводиться гимнастика для глаз. Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5лет не проводятся.

3.8. Занятия по физическому развитию осуществляется во всех возрастных группах 3 раза в неделю, из них один раз в неделю на улице во время прогулки;

3.9. Конкретный режим посещения обучающимся Учреждения устанавливается договором об образовании, заключаемом между Учреждением и родителями (законными представителями) обучающихся;

3.10. Летняя оздоровительная работа продолжается с 01 июня по 31 августа.

4. Ответственность

4.1 Администрация Учреждения, воспитатели, младшие воспитатели, педагоги, специалисты несут ответственность за безопасное пребывание жизнь детей в Учреждении, реализацию в полном объеме учебного плана, качество реализуемых образовательных программ, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям обучающихся.

Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
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
Показатели организации режима дня		
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	для детей до 7 лет	3 часа в день
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:

Продолжительность либо время нахождения ребенка в организации	Количество обязательных приемов пищи
до 5 часов	2 приема пищи (приемы пищи определяются фактическим временем нахождения в организации)
8 - 12 часов	завтрак, второй завтрак, обед и полдник

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ДНЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Организация режима дня детей от 1,5 до 2 лет

<i>Режимные моменты</i>	<i>Холодный период</i>	<i>Тёплый период</i>
Приём детей, свободная игра	7.00-8.10	07.00 – 08.10
Утренняя гимнастика	8.05-8.10	(на воздухе)
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40	8.10-8.40
Игровая деятельность	8.40-9.10	9.00 – 11.35 (на воздухе) Второй завтрак: 10.00-10.10
Игры, занятия, занятия со специалистами	9.10-9.30	
Второй завтрак	9.20-9.40	
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.35	
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, чтение перед сном	12.05-12.30	11.35 – 12.05
Дневной сон	12.30-15.30	12.05-12.30
Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.30-15.40	12.30-15.30
Игры, дополнительные занятия	15.40-16.00	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	16.00-16.30	15.40-16.00
Игры, предметная деятельность	16.30-16.40	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-19.00	16.30 – 19.00 (на воздухе)
Уход детей домой	18.30-19.00	

<i>Вид деятельности</i>	<i>Время в режиме дня</i>	<i>Длительность</i>	<i>Общий подсчет времени</i>	<i>на образовательную деятельность</i>	<i>до 20 мин. в день</i>
Самостоятельная игровая деятельность	7.00 – 8.10 8.40 – 9.10 15.20 – 16.00	2ч. 10мин.		<i>на прогулку</i>	<i>4 ч. 15мин.</i>
Утренняя гимнастика, гигиенические и оздоровительные процедуры	8.05 – 8.10 12.05 – 12.30 15.00 – 15.20	50мин.		<i>на игровую деятельность (без учета времени игр на прогулке и в перерывах между занятиями)</i>	<i>2 ч. 10 мин.</i>
Приём пищи	8.10-8.40 9.20 – 9.40 11.35-12.05 16.00-16.30	1ч. 40 мин.			
Совместная образовательная деятельность	9.10-9.30	10-20 мин.			
Прогулка	9.40-11.35 16.40-19.00	4 ч.15мин.			
Дневной сон	12.30 – 15.30	3ч.			

Организация режима дня детей от 2 до 3 лет

<i>Режимные моменты</i>	<i>Холодный период</i>	<i>Тёплый период</i>
Приём детей, свободная игра	7.00-8.10	07.00 – 08.10
Утренняя гимнастика	8.05-8.10	(на воздухе)
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40	8.10-8.40
Игровая деятельность	8.40-9.10	9.00 – 11.35
Игры, занятия, занятия со специалистами	9.10-9.30	(на воздухе)
Второй завтрак	9.20-9.40	Второй завтрак:
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.35	10.00-10.10
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	11.35 – 12.05
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, чтение перед сном	12.05-12.20	12.05-12.20
Дневной сон	12.20-15.20	12.20-15.00
Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.20	15.00 – 15.20
Игры, дополнительные занятия	15.20-16.00	15.20-16.00
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	16.00-16.30	16.00-16.30
Игры, дополнительные занятия, чтение	16.30-16.40	16.30 – 19.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-19.00	(на воздухе)
Уход детей домой	18.30-19.00	

<i>Вид деятельности</i>	<i>Время в режиме дня</i>	<i>Длительность</i>	<i>Общий подсчет времени</i>	<i>на образовательную деятельность</i>	<i>до 20 мин. в день</i>
Самостоятельная игровая деятельность	7.00 – 8.10 8.40 – 9.10 15.20 – 16.00	2ч. 10мин.		<i>на прогулку</i>	<i>4 ч. 15мин.</i>
Утренняя гимнастика, гигиенические и оздоровительные процедуры	8.05 – 8.10 12.05 – 12.30 15.00 – 15.20	50мин.		<i>на игровую деятельность (без учета времени игр)</i>	<i>2 ч. 10 мин.</i>
Приём пищи	8.10-8.40 9.20 – 9.40 11.35-12.05 16.00-16.30	1ч. 40 мин.		<i>на прогулке и в перерывах между занятиями)</i>	
Совместная образовательная деятельность	9.10-9.30	10-20 мин.			
Прогулка	9.40-11.35 16.40-19.00	4 ч.15мин.			
Дневной сон	12.30 – 15.30	3ч.			

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ДНЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Режим дня детей дошкольного возраста (холодный период года)

<i>Режимные моменты</i>	<i>Группа дошкольного возраста от 3 до 4 лет</i>	<i>Группа дошкольного возраста от 4 до 5 лет</i>	<i>Группа дошкольного возраста от 5 до 6 лет</i>	<i>Группа дошкольного возраста от 6 до 7 лет</i>
Дома				
<i>Подъем, утренний туалет</i>	<i>6.30-7.30</i>	<i>6.30-7.30</i>	<i>6.30-7.30</i>	<i>6.30-7.30</i>
В детском саду				
Приём детей, свободная игра	7.00-8.00	7.00-8.05	7.00-8.15	7.00-8.25
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.10-8.20	8.15-8.25	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.20-8.40	8.25-8.40	8.30-8.40	8.30-8.40
Утренний круг	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	9.10-9.25	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
	9.35-9.50	9.30-9.50	9.35-10.00	9.40-10.10
	-	-	-	10.20-10.50
Второй завтрак	9.50-10.00	9.50-10.00	10.00-10.10	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-12.15	10.00-12.10	10.10-12.20	10.50-12.35
Самостоятельная игровая деятельность, игры-занятия	-	12.10-12.15	12.20-12.25	-
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.15-12.45	12.15-12.40	12.25-12.50	12.35-12.55
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.45-13.00	12.40-13.00	12.50-13.00	12.55-13.00
Дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.15
Игры, дополнительные занятия	15.20-16.05	15.20-16.15	15.20-16.20	15.15-16.25
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник, дежурство	16.05-16.30	16.15-16.35	16.20-16.40	16.25-16.40
Игры, кружки, дополнительные занятия, чтение	-	16.35-17.00	16.40-17.05	16.40-17.10
Вечерний круг	16.30-16.45	16.35-17.00	16.40-17.05	16.40-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45-19.00	17.00-19.00	17.05-19.00	17.10-19.00
Уход детей домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00
Дома				
<i>Прогулка</i>	<i>19.00-20.00</i>	<i>19.00-20.15</i>	<i>19.00-20.15</i>	<i>19.00-20.15</i>
<i>Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры</i>	<i>20.00-20.30</i>	<i>20.15-20.45</i>	<i>20.15-20.45</i>	<i>20.15-20.45</i>
<i>Укладывание, ночной сон</i>	<i>20.30-6.30(7.30)</i>	<i>20.45-6.30(7.30)</i>	<i>20.45-6.30(7.30)</i>	<i>20.45-6.30(7.30)</i>

Режим дня детей дошкольного возраста (тёплый период года)

<i>Режимные моменты</i>	<i>Группа дошкольного возраста от 3 до 4 лет</i>	<i>Группа дошкольного возраста от 4 до 5 лет</i>	<i>Группа дошкольного возраста от 5 до 6 лет</i>	<i>Группа дошкольного возраста от 6 до 7 лет</i>
Утренний прием на воздухе. Прогулка. Утренняя гимнастика. Игры	7.00 – 8.30	7.00 – 8.35	7.00 – 8.40	7.00 – 8.45
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00	8.40 – 9.00	8.45 – 9.00
Утренний круг	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00
Прогулка, подвижные игры	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30
Совместная организованная образовательная деятельность на воздухе (игры экологической направленности, игры-экспериментирования)	9.30 – 9.45	9.30 – 9.50	9.30 – 9.55	9.30 – 10.00
Второй завтрак	9.45 – 10.00	9.50 – 10.00	9.55 – 10.05	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, игры детей	10.00 – 12.15	10.00 – 12.20	10.05 – 12.30	10.10 – 12.35
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.15 – 12.45	12.20 – 12.50	12.30 – 12.55	12.35 – 12.55
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.45 – 13.00	12.50 – 13.00	12.55 – 13.00	12.55 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.15
Игры, самостоятельная игровая деятельность	15.20 – 15.40	15.20 – 15.40	15.20 – 15.40	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник, дежурство	15.40 – 16.00	15.40 – 16.10	15.40 – 16.10	15.40 – 16.10
Игры, кружки, чтение. Вечерний круг. Прогулка, уход детей домой	16.00 – 19.00	16.10 – 19.00	16.10 – 19.00	16.10 – 19.00

Вид деятельности		3-4 года		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет	
		Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность
Самостоятельная игровая деятельность		7.00 – 8.00 15.20 – 16.05	1 ч. 45мин	7.00 – 8.05 12.10.-12.15 15.20 – 16.15 16.35 – 17.00	2ч.30мин	7.00 – 8.15 12.20-12.25 15.20 – 16.20 16.35-17.05	2ч.50мин	7.00 – 8.25 15.15-16.25 16.40 – 17.10	2 ч. 05 м.
Утренняя гимнастика, гигиенические и оздоровительные процедуры		8.00-8.10 12.45-13.00 15.00-15.20	45 мин.	8.10 – 8.20 12.40 – 13.00 15.00 – 15.20	50 мин.	8.15 – 8.25 12.50 – 13.00 15.00 – 15.20	40 мин.	8.20 – 8.30 12.55 – 13.00 15.00 – 15.15	30 мин.
Приём пищи		8.20 – 8.40 9.50 – 10.00 12.15 – 12.45 16.05-16.30	1ч.25мин.	8.25 – 8.40 9.50 – 10.00 12.15 – 12.40 16.15-16.35	1ч.00 мин.	8.30 – 8.40 10.00 – 10.10 12.25 – 12.50 16.20 – 16.40	55 мин.	8.30 – 8.40 10.10 – 10.20 12.35 – 12.55 16.25 – 16.40	55 мин.
Утренний круг, вечерний круг		8.40 – 9.00 16.30-16.45	35 мин.	8.40 – 9.00 16.35-17.00	45 мин.	8.40 – 9.00 16.40-17.05	45 мин.	8.40 – 9.00 16.40-17.10	50 мин.
Совместная образовательная деятельность, занятия со специалистами	Кол-во занятий в неделю	10		11		12		14	
	Длительность одного занятия	не более 15 мин.		не более 20 мин.		не более 25 мин.		не более 30 мин.	
	Общая продолжительность занятий в день	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40	до 30 минут в день	9.00-9.20 9.30-9.50 15.40 – 16.00	до 40 минут в день (до 60 мин. в день – 2 р/неделю)	9.00-9.25 9.35-10.00 15.35-16.00	до 1ч.15мин. в день	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.20 – 10.50 15.30 – 16.00	до 1ч.30мин. в день (до 2 ч. в день – 2 р/неделю)
Прогулка		10.00 – 12.15 16.45-19.00	4 ч.30мин.	10.00 – 12.10 17.00-19.00	4ч.10мин.	10.10 – 12.20 17.05-19.00	4ч.05мин.	10.50 – 12.35 17.10-19.00	3ч.25мин.
Сон		13.00 – 15.00	2 ч.	13.00 – 15.00	2 ч.	13.00 – 15.00	2 ч.	13.00 – 15.00	2 ч.
Дополнительные образовательные услуги		–	–	15.20-16.15 16.35-17.00	1ч.20мин.	15.20 – 16.15 16.40-17.05	1ч.25мин.	15.20 – 16.15 16.40-17.10	1ч.30мин.

Режим двигательной активности детей дошкольного возраста в ДОУ

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	<i>в зале</i>	1 раз в неделю*15	1 раз в неделю*20	1 раз в неделю*25	1 раз в неделю*30
	<i>в бассейне</i>	1 раз в неделю*15	1 раз в неделю*20	1 раз в неделю*25	1 раз в неделю*30
	<i>на улице</i>	1 раз в неделю*15	1 раз в неделю*20	1 раз в неделю*25	1 раз в неделю*30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	<i>утренняя гимнастика</i>	Ежедневно*10	Ежедневно*10	Ежедневно*10	Ежедневно*10
	<i>подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке</i>	ежедневно 2 раза (утром и вечером) *15-20	ежедневно 2 раза (утром и вечером) *20-25	ежедневно 2 раза (утром и вечером) *25-30	ежедневно 2 раза (утром и вечером) *30-40
	<i>физкультурные минутки</i>	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия*1-3	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия*1-3	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия*1-3	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия*1-3
Активный отдых	<i>физкультурный досуг</i>	1 раз в месяц*20	1 раз в месяц*20	1 раз в месяц*25-30	1 раз в месяц*40
	<i>физкультурный праздник</i>	-	2 раза в год до 50 мин	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год до 60 мин
	<i>день здоровья</i>	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	<i>самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования</i>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	<i>самостоятельные подвижные игры</i>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно