

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом МАОУ «Лицей №11»  
от \_\_\_\_\_ 2024 № \_\_\_\_\_

**Режим занятий воспитанников Муниципального автономного  
общеобразовательного учреждения «Лицей №11»**

**1. Общие положения**

- 1.1. Режим занятий воспитанников МАОУ «Лицей №11» (далее - дошкольное отделение) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28, СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2, приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам -образовательным программам дошкольного образования», Уставом МАОУ «Лицей №11».
- 1.2. Образовательная программа реализуется в дошкольном отделении в соответствии с расписанием образовательной деятельности, с учётом режима работы дошкольного отделения и возрастных групп, а также режим дня, соответствующего анатомическим и физиологическим особенностям каждой возрастной группы.
- 1.3. Режим занятий устанавливает продолжительность образовательной нагрузки в течение одного занятия и одного дня, особенности организации занятий с применением электронных средств обучения.

**2. Режим работы дошкольного отделения и групп**

- 2.1. Режим работы дошкольного отделения: пятидневная рабочая неделя. Выходные дни: суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни.
- 2.2. Дошкольные группы функционируют в режиме:
  - полного дня (12-часового пребывания) – с 07.00 мин до 19.00 мин

**3. Режим занятий воспитанников**

- 3.1. Образовательная программа дошкольного образования реализуется в группах, функционирующих в режиме не менее 3 часов в день, в течение всего времени пребывания воспитанников в дошкольном отделении.
- 3.2. Продолжительность одного образовательного занятия составляет:
  - 15 минут – для детей от трех до четырех лет
  - 20 минут - для детей от четырех до пяти лет
  - 25 минут – для детей от пяти до шести лет
  - 30 минут – для детей от шести до семи лет
- 3.3 Продолжительность суммарной образовательной нагрузки в течение дня составляет:

- 30 мин – для детей от трех до четырех лет;
- 40 мин – для детей от четырех до пяти лет;
- 50 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. Занятия для всех возрастных групп начинаются не ранее 9.00 и заканчиваются не позже 17.00.

3.5. Во время занятий воспитатели проводят соответствующие физические упражнения.

3.6. Перерывы между занятиями составляют не менее 10 мин.

#### **4. Режим занятий с применением электронных средств обучения**

4.1. Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от пяти лет и старше.

4.2. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях составляет:

Электронное средство обучения	Возраст воспитанника	Продолжительность, мин, не более	
		На одном занятии	В день
Интерактивная доска	5–7	7	20
Интерактивная панель	5–7	5	10
Персональный компьютер, ноутбук	6–7	15	20
Планшет	6–7	10	10

4.3. Для воспитанников 5–7 лет продолжительность непрерывного использования:

- экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками, составляет 5–7 минут;
- наушников составляет не более часа. Уровень громкости устанавливается до 60 процентов от максимальной.

4.4. Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз.

#### **5. Режим физического воспитания**

5.1. Продолжительность физкультурных, физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий определяется с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

5.2. Занятия физической культурой и спортом, подвижные игры проводятся на открытом воздухе, если позволяют показатели метеорологических условий (температура, относительная влажность и скорость движения воздуха) и климатическая зона. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в физкультурном зале, а так же бассейне.

**Режим пребывания в ДО МАОУ «Лицей № 11»  
(холодный период: сентябрь - май)**

Режимные моменты	Группы			
	Младшая 3-4 года	Средняя 4-5 лет	Старшая 5-6 лет	Подготовительная 6-7 лет
Приход детей в детский сад, осмотр, термометрия, свободная игра, самостоятельная деятельность	07.00-08.00 <i>(60 мин)</i>	07.00-08.00 <i>(60 мин)</i>	07.00-08.10 <i>(70 мин)</i>	07.00-08.20 <i>(80 мин)</i>
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10 <i>(10 мин)</i>	08.00 - 08.10 <i>(10 мин)</i>	08.10 - 08.20 <i>(10 мин)</i>	08.20 - 08.30 <i>(10 мин)</i>
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 - 08.35 <i>(25 мин)</i>	08.10 - 08.35 <i>(25 мин)</i>	08.20 - 08.45 <i>(25 мин)</i>	08.30 - 08.50 <i>(20 мин)</i>
Игры, двигательная деятельность детей	08.35 - 09.00 <i>(25 мин)</i>	08.35 - 09.00 <i>(25 мин)</i>	08.45 - 09.00 <i>(15 мин)</i>	08.50 - 09.00 <i>(10 мин)</i>
Организованная детская деятельность (ОД)	09.00 - 09.15 <i>(15 мин)</i>	09.00 - 09.20 <i>(20 мин)</i>	09.00 - 09.25 <i>(20 мин)</i>	09.00 - 09.30 <i>(30 мин)</i>
Двигательная деятельность детей, перерыв	09.15 - 09.25 <i>(10 мин)</i>	09.20 - 09.30 <i>(10 мин)</i>	09.25 - 09.35 <i>(10 мин)</i>	09.30 - 09.40 <i>(10 мин)</i>
Организованная детская деятельность (ОД)	09.25 - 09.40 <i>(15 мин)</i>	09.30 - 09.50 <i>(20 мин)</i>	09.35 - 10.00 <i>(25 мин)</i>	09.40 - 10.10 <i>(30 мин)</i>
Двигательная деятельность детей, перерыв. Второй завтрак.	09.40 - 10.00 <i>(20 мин)</i>	09.50 - 10.00 <i>(10 мин)</i>	10.00 - 10.10 <i>(10 мин)</i>	10.10 - 10.20 <i>(10 мин)</i>
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.00 - 12.00 <i>(2 часа)</i>	10.00 - 12.00 <i>(2 часа)</i>	10.10 - 12.10 <i>(2 часа)</i>	10.20 - 12.20 <i>(2 часа)</i>
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.	12.00 - 12.10 <i>(10 мин)</i>	12.00 - 12.10 <i>(10 мин)</i>	12.10 - 12.20 <i>(10 мин)</i>	12.20 - 12.30 <i>(10 мин)</i>
Обед	12.10 - 12.35 <i>(25 мин)</i>	12.10 - 12.35 <i>(25 мин)</i>	12.20 - 12.40 <i>(20 мин)</i>	12.30 - 12.50 <i>(20 мин)</i>
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35 - 15.35 <i>(3 часа)</i>	12.35 - 15.05 <i>(2,5 часа)</i>	12.40 - 15.10 <i>(2,5 часа)</i>	12.50 - 15.20 <i>(2,5 часа)</i>
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, воздушные ванны, закаливающие процедуры.	15.35 - 15.45 <i>(10 мин)</i>	15.05 - 15.15 <i>(10 мин)</i>	15.10 - 15.20 <i>(10 мин)</i>	15.20 - 15.30 <i>(10 мин)</i>
Подготовка к полднику. Полдник	15.45 - 16.00 <i>(15 мин)</i>	15.15 - 15.30 <i>(15 мин)</i>	15.20-15.35 <i>(15 мин)</i>	15.30 - 15.45 <i>(15 мин)</i>
Организованная и самостоятельная детская деятельность (общая продолжительность, включая перерывы), игры, занятия, кружки, общение, досуги, включая двигательную активность детей	16.00 - 17.30 <i>(1 ч. 30 мин)</i>	15.30 - 17.30 <i>(2 часа)</i>	15.35 - 17.30 <i>(1 ч. 55 мин)</i>	15.45 - 17.30 <i>(1 ч. 45 мин)</i>
Подготовка к прогулке. Прогулка.	17.30 - 18.30 <i>(1 час)</i>	17.30 - 18.30 <i>(1 час)</i>	17.30 - 18.30 <i>(1 час)</i>	17.30 - 18.30 <i>(1 час)</i>
Подготовка к ужину. Ужин. Уход детей домой	18.30 - 19.00 <i>(30 мин)</i>	18.30 - 19.00 <i>(30 мин)</i>	18.30 - 19.00 <i>(30 мин)</i>	18.30 - 19.00 <i>(30 мин)</i>
Время на утреннюю зарядку: 10 минут во всех возрастных группах				
Время на прогулку:				
Время на дневной сон: 3 часа младшая группа, 2,5 часа в остальных группах				
Двигательная активность: не менее 1 часа в день				

**Режим пребывания в ДО МАОУ «Лицей № 11»  
(теплый период: июнь - август)**

Режимные моменты	Группы			
	Младшая 3-4 года	Средняя 4-5 лет	Старшая 5-6 лет	Подготовительная 6-7 лет
Приход детей в детский сад, осмотр, термометрия, свободная игра, самостоятельная деятельность	07.00-08.00 (60 мин)	07.00-08.00 (60 мин)	07.00-08.10 (70 мин)	07.00-08.20 (80 мин)
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10 (10 мин)	08.00 - 08.10 (10 мин)	08.10 - 08.20 (10 мин)	08.20 - 08.30 (10 мин)
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 - 08.35 (25 мин)	08.10 - 08.35 (25 мин)	08.20 - 08.45 (25 мин)	08.30 - 08.50 (20 мин)
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.35 - 09.00 (25 мин)	08.35 - 09.00 (25 мин)	08.45 - 09.00 (15 мин)	08.50 - 09.00 (10 мин)
Организационная детская деятельность	09.00 - 10.00 (60 мин)	09.00 - 10.00 (60 мин)	09.00 - 10.00 (60 мин)	09.00 - 10.00 (60 мин)
Второй завтрак	10.00 - 10.10 (10 мин)	10.00 - 10.10 (10 мин)	10.00 - 10.10 (10 мин)	10.00 - 10.10 (10 мин)
Прогулка	10.10 - 12.10 (2 часа)	10.10 - 12.10 (2 часа)	10.10 - 12.10 (2 часа)	10.10 - 12.10 (2 часа)
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.	12.10 - 12.20 (10 мин)	12.10 - 12.20 (10 мин)	12.10 - 12.20 (10 мин)	12.10 - 12.20 (10 мин)
Обед.	12.20 - 12.45 (25 мин)	12.20 - 12.45 (25 мин)	12.20 - 12.45 (25 мин)	12.20 - 12.45 (25 мин)
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.45 - 15.30 (2ч. 45мин)	12.45 - 15.15 (2ч. 30мин)	12.45 - 15.15 (2ч. 30мин)	12.45 - 15.15 (2ч. 30мин)
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, воздушные ванны, закаливающие процедуры	15.30 - 15.40 (10 мин)	15.15 - 15.25 (10 мин)	15.15 - 15.25 (10 мин)	15.15 - 15.25 (10 мин)
Подготовка к полднику. Полдник.	15.40 - 16.00 (20 мин)	15.25 - 15.40 (15 мин)	15.25 - 15.40 (15 мин)	15.25 - 15.40 (15 мин)
Подготовка к прогулке. Прогулка. Од на прогулке.	16.00 - 18.00 (2 часа)	15.40 - 18.00 (2ч. 20мин)	15.40 - 18.00 (2ч. 20мин)	15.40 - 18.00 (2ч. 20мин)
Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину.	18.00 - 18.30 (30 мин)	18.00 - 18.30 (30 мин)	18.00 - 18.30 (30 мин)	18.00 - 18.30 (30 мин)
Ужин. Уход детей домой	18.30 - 19.00 (30 мин)	18.30 - 19.00 (30 мин)	18.30 - 19.00 (30 мин)	18.30 - 19.00 (30 мин)
Время на утреннюю зарядку: 10 минут во всех возрастных группах				
Время на прогулку: 1-я прогулка – 2ч., 2-я прогулка – 2ч. младший возраст, остальные – 2ч.20 мин.				
Время на дневной сон: 2ч.45 мин. младшая группа, 2,5 часа в остальных группах				

Двигательная активность: не менее 1 часа в день
---