

**Режим занятий
обучающихся в МКДОУ №10 г. Никольское**

Режим занятий регламентирован учебным планом и « Санитарно – эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций(ПОСТАНОВЛЕНИЕ от 15 мая 2013г. N 26 ОБ УТВЕРЖДЕНИИ САНПИН 2.4.1.3049-13) в отношении организации непосредственно образовательной деятельности (НОД):

« 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.» А так же:

«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 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 спортивного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом 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 спортивном зале...

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.

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

Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия, ритмика и т.п.

Формами двигательной деятельности детей в Учреждении являются утренняя гимнастика, гимнастика после сна, оздоровительные гимнастики различной направленности, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, игры различной интеллектуальной направленности в движение, игры на снятие психоэмоциональной нагрузки, игры и танцы на музыкальном занятии, свободная двигательная деятельность детей в группе и на прогулке.

Тем самым обеспечивается баланс между интеллектуальной и двигательной нагрузкой, идет профилактика гиподинамии у детей, укрепляется физическое и психическое здоровье. В объеме двигательной активности воспитанников 3 – 7 лет предусматривается в организованных формах оздоровительно-воспитательная деятельность не менее 6 – 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы Учреждения.

Для профилактики гиподинамии так же в рамках большинства видов совместной образовательной и непосредственно - образовательной деятельности используется предоставление детям возможности свободного перемещения и общения в процессе деятельности, например, трудовой, художественно - творческой, игровой, экспериментальной и т. д.

Разнообразие видов детской деятельности и форм работы с детьми в рамках реализации основной образовательной программы дошкольного образования достигается за счет распределения их в течение месяца, акцент сделан на игровую и художественно - творческую, экспериментальную деятельность, так как дети любят играть, творить и экспериментировать.

Среди форм работы такие как - художественно - творческие мастерские; СОД в форме игр - путешествий, режиссерских игр, сюжетно - дидактических игр, игр - экспериментирований, игр - превращений и др.; интеллектуальные и коммуникативные тренинги; литературные и театральные гостиные.

