

Администрация муниципального округа «Воркута» Республики Коми

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 37 «Росинка» г. Воркуты
«Росинка» челядьӧс 37 №-а видзанін» Воркута карын школаӧдз
велӧдан муниципальной сьӧмкуд учреждение

СОГЛАСОВАНА

Первичной профсоюзной организации
МБДОУ «Детский сад № 37» г. Воркуты
_____ Бабушкина И.Ю.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом заведующего МБДОУ
«Детский сад №37» г. Воркуты
от 13 мая 2025 № 102/01-20

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ

ОХРАНА ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ГИГИЕНИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ В ПОМЕЩЕНИИ И ВОСПИТАНИИ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ.

1. Создать необходимые условия для проведения работы по воспитанию культурно-гигиенических навыков у детей в процессе умывания и приема пищи,

2. Постоянно следить за исправностью кранов, устанавливать равномерную подачу теплой воды.

3. Детей следует обеспечивать индивидуальными постельными принадлежностями, полотенцами, предметами личной гигиены. Смену постельного белья, полотенца проводят по мере загрязнения, но не реже одного раза в неделю. Все белье маркируют. Постельное белье кроме наволочек, маркируют у ножного края; На каждого ребенка необходимо иметь три комплекта белья, включая полотенца для лица и ног. Чистое белье доставляют в мешках и хранят в мешках. Белье после употребления складывают в специальный бак, клеенчатый, пластиковый или из двойной материи мешок. Грязное белье доставляют в прачечную. Матерчатые мешки сдают в стирку, клеенчатые и пластиковые – обрабатывают горячим мыльным или содовым раствором.

4. Следует формировать у детей осознанное отношение к необходимости гигиенических процедур вырабатывать стойкие культурно-гигиенические навыки.

5. Все помещения 2 раза в день убирают влажным способом с применением моющих средств. Уборку помещений проводят при открытых фрамугах или окнах. Особо тщательно моют часто загрязняющиеся поверхности: ручки дверей, шкафов, подоконники, выключатели, жесткую мебель и т.д.) и места скопления пыли (полы у плинтусов и под мебелью, радиаторы, арматуру осветительных приборов, вентиляционные решетки и т.д.)

Влажную уборку в спальнях проводят после сна, в групповых - после каждого приема пищи.

6. Столы в групповых помещениях промывают горячей водой с мылом до и после каждого приема пищи специальной ветошью, которую простирывают, просушивают и хранят в сухом виде в специальной промаркированной посуде с крышкой. Стулья, клеенчатые нагрудники (в яслях) протирают горячей водой с мылом.

7. Ковры ежедневно пылесосят и чистят влажной щеткой или выколачивают на специально отведенных для этого площадках, затем чистят влажной щеткой. Один раз в год их подвергают сухой химической чистке.

8. Санитарно-техническое оборудование подлежит обеззараживанию независимо - от эпидемиологической ситуации. Сиденья на унитазах, ручки сливных бочков, ручки дверей моют теплой водой с мылом ежедневно. Горшки моют после каждого применения при помощи квачей и моющих средств. Ванны, раковины, унитазы чистят два раза в день квачами или щетками с использованием дезинфицирующих средств.

9. Уборочный инвентарь, для туалета (тряпки, ведра, щетки) маркируют ярким цветом и хранят в специальном шкафу в туалетной комнате. Весь уборочный инвентарь после использования промывают горячей водой с моющими средствами и просушивают.

10. Дезинфицирующие растворы (в темной посуде) и моющие средства хранят в местах, недоступных детям.

11. Генеральную уборку всех помещений и оборудования проводят один раз в месяц с применением моющих и дезинфицирующих средств. Окна снаружи и изнутри моют по мере загрязнения, но не реже 2 раз в год (весной и осенью).

12. В теплое время года, с целью предупреждения залета насекомых, следует засетчивать окна, двери металлической сеткой синтетическими материалами с размером ячеек не более 2-2,2мм. Для борьбы с мухами внутри помещений можно использовать механические методы (липкие ленты, мухоловки). Разрешенные химические средства по борьбе с мухами используют в установленном порядке.

13. Разрешать детям пользоваться только индивидуальными предметами для осуществления гигиенических процедур: щетки, расчески, полотенца, горшки, стаканчики для полоскания полости рта.

14. Следует учить детей аккуратно пользоваться водой, не разбрызгивая на пол.

15. С целью формирования устойчивых навыков по чистке зубов ежедневно осуществлять эту процедуру в дневных группах после обеда.

16. Во время умывания детей, воспитатель находится в умывальной комнате с подгруппой, помощник воспитателя с остальными детьми. В ясельных группах умывание детей проводят по подгруппам. С одной подгруппой помощник воспитателя, со второй воспитатель.

17. Все помещения ежедневно и неоднократно проветриваются в отсутствие детей.

Наиболее эффективное – сквозное и угловое проветривание.

Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы.

Сквозное проветривание проводят не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. Проветривание проводят в отсутствие детей и заканчивают 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°C (с учетом возраста детей).

Широкая односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года допускается в присутствии детей. Проветривание через туалетные комнаты не допускается.

18. Контроль за температурой воздуха во всех основных помещениях пребывания детей осуществляется с помощью бытового термометра, прикрепленного на внутренней стене на высоте 0,8-1,0 м.

ОХРАНА ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ СНА.

1. В помещениях спален сквозное проветривание проводят до укладывания детей. В холодное время года фрамуги, форточки закрывают за 10 минут до отхода детей ко сну; открывают во время сна с одной стороны и закрывают за 30 минут до подъема.

Температура в спальне не должна быть ниже 18 С.

В теплое время года сон организуют при открытых окнах (избегая сквозняков).

2. Кровати расставляют с соблюдением минимальных разрывов: между длинными сторонами кроватей - 0,65 м, от наружных стен - 0,6м, от отопительных приборов - 0,2м, между изголовьями двух кроватей - 0,3м.

3. Зашторивание окон в спальнях помещений допускается лишь во время сна детей, в остальное время шторы раздвигают, обеспечивая инсоляцию помещения.

4. Смену постельного белья проводят не реже одного раза в неделю. Постельное белье, кроме наволочек, маркируют у ножного края.

5. Постельные принадлежности: матрацы, подушки следует проветривать непосредственно в спальнях при открытых окнах во время каждой генеральной уборки, периодически выносить на воздух. Один раз в год постельные принадлежности подвергают химической чистке или обработке в дезинфекционной камере.

6. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста - 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится дневному сну.

7. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста - 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа, отводится дневному сну. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, а также чтения книг, которые могут вызвать страхи.

8. Детей с трудным засыпанием и чутким сном рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними. В разновозрастных группах более старших детей после сна поднимают пораньше.

9. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.

10. Во время сна ребенок не должен лежать укрывшись с головой одеялом, на животе, уткнувшись носом в подушку. Вредно долго лежать детям на одном боку.

11. Одевать детей ко сну следует с учетом температуры и их индивидуальных особенностей.

12. Не допускать яркий свет, громкие разговоры. Можно использовать тихую спокойную музыку.

13. Проверьте, чтобы у детей не было жевательных резинок, косточек, пуговиц, мозаики и др. мелких предметов.

ОХРАНА ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРОГУЛКИ.

1. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4- 4,5 часа . Прогулку организуют 2 раза в день : в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой . При температуре воздуха ниже — -15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается . Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -15 С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5- 7 лет при температуре воздуха ниже - 20 С и скорости ветра более 15м/с.

2. Ямы на участке необходимо засыпать, колодцы, мусорные ящики следует держать закрытыми. На участке не должно быть опасных для детей предметов (необструганных досок, ящиков с торчащими гвоздями, обрывками электропроводов, бытового стекла, посуды). Нужно систематически проверять петли на участке сухостойных деревьев.

3. ЗАПРЕЩАЮТСЯ кирпичные бордюры вокруг клумб.

4. Игровые площадки для дошкольных групп должны быть оборудованы с учетом высокой активности детей в играх - гимнастическими стенками, горками, лесенками и т.п. Физкультурное оборудование на участке должно быть устойчивыми, иметь плотные рейки, перила. Допускается устанавливать серийно выпускаемое или выполненное по индивидуальному заказу стационарное игровое оборудование . Оно должно соответствовать возрасту и росту детей и иметь документ, подтверждающий его качество и безопасность. Поверхность оборудования не должна иметь острых углов, выступов, шероховатостей и выступающих болтов. Для изготовления оборудования используют материалы высокого качества, способные выдерживать большие нагрузки. Все полимерные материалы, используемые при изготовлении оборудования, должны иметь санитарно-эпидемиологическое заключение на соответствие санитарным нормам. Для покрытия конструкций используют материалы стойкие к воде, моющим и дезинфицирующим средствам. Оборудование для занятий гимнастикой и все сооружения для игр детей должны соответствовать размерам и чертежам, рекомендованным Министерством просвещения РФ.

5. Крыши всех построек на участке д/с должны своевременно очищаться от снега, нельзя допускать образования по краям крыш свисания глыб снега и сосулек. Необходимо очищать от снега и льда дорожки и наружные лестницы, посыпать их песком .

6. Ледяные горки должны быть построены в соответствии с возрастом детей, иметь удобные ступеньки и бортики. Во избежание травмоопасных ситуаций ступеньки не должны быть скользкими. Образовавшиеся ямы своевременно заделываются. Нельзя разрешать детям скатываться с горки на ногах.

7. Территория должна быть оснащена общей физкультурной площадкой, состоящей из:

- зоны с оборудованием для подвижных игр;
- з оны с гимнастическим оборудованием и спортивными снарядами;
- беговой дорожки;
- полосы препятствий.

В ДОУ вместимостью до 150 мест оборудуют одну физкультурную площадку размером не менее 250 кв.м. Покрытие зоны с оборудованием для подвижных игр – травяное, всех остальных зон – твердое грунтовое, деревянное или другие покрытия, разрешенные в установленном порядке.

8. Уборку участка следует проводить ежедневно: утром за 1-2 часа до прихода детей в ДОУ, и перед выходом детей на прогулку. При сухой и жаркой погоде полив участка следует проводить не менее 2 раз в день. Мусор и смет следует убирать в мусоросборники с закрывающимися крышками.

9. У входа в здание следует иметь скребки, щетки, решетки, коврики. После утреннего прихода детей и после прогулки, коврики и решетки очищаются и моются.

10. Ежегодно весной на игровых площадках проводят смену песка, имеющего санитарно-эпидемиологическое заключение. Песочницы на ночь следует закрывать крышками. Перед прогулками песок взрыхляют и увлажняют.

11. Должно быть организовано тщательное наблюдение за тем, чтобы дети не уходили за пределы участка ДООУ. В случае самовольного ухода ребенка нужно незамедлительно отправить на его розыск работников ДООУ, а также сообщить об уходе ребенка в ближайшее отделение и родителям.

12. Необходимо следить за тем, чтобы дети не брали ничего в рот. Проводить занятия по ОБЖ, с целью предотвращения отравления детей ягодами, грибами, растениями.

13. Выносной материал хранится в специально отведенном месте в приемных или в специальных помещениях, на улицу выносится в легких, удобных корзинах с двумя ручками. Для ясельных групп выносной материал выносит помощник воспитателя. После прогулки выносной материал следует тщательно мыть.

14. Необходимо предусматривать равномерное чередование спокойной и двигательной деятельности детей, правильное распределение физической нагрузки в течение всей прогулки, придерживаясь следующей примерной структуры: 30 - 35 мин. спокойная, самостоятельная деятельность, спокойная деятельность должна сменяться подвижными играми, спортивным развлечением, трудовой деятельностью детей. Продолжительность этого периода прогулок должна быть 45-50 минут, с учетом возраста детей и характером их деятельности.

15. В летнее время дети и взрослые во избежание перегрева, должны носить легкие головные уборы светлых тонов.

16. Одежда ребенка должна соответствовать времени года и погодным условиям, не мешать движениям, не затруднять кровообращение. В летнее время, во избежание ожогов, одежду детей облегчают постепенно, оставляя сначала в трусах и майках, затем только в трусах.

17. Закаливание водой, воздухом и солнцем должно проходить под наблюдением медицинского работника.

18. Необходимо иметь в виду, что вечером не следует проводить игры большой подвижности, возбуждающих нервную систему.

19. При организации всех видов деятельности во время прогулок учитывать индивидуальные особенности детей, состояние их здоровья.

20. Отправляясь на прогулку, воспитатель должен четко знать количество детей, периодически их пересчитывать на всем протяжении пребывания детей не только на прогулке, но и в течение всего дня.

21. Утренний прием детей и утреннюю гимнастику, в теплое время года, при хорошей погоде, начиная со среднего возраста, проводят на улице.

ОХРАНА ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ВО ВРЕМЯ ИГР С ИГРУШКАМИ.

1. Приобретенные игрушки (за исключением мягконабивных) перед поступлением в групповые моют в течение 15 мин. проточной водой (температура 37) и затем высушивают на воздухе. Во время мытья резиновых, пенополиуретановых, пенолатексных игрушек необходимо их тщательно отжимать.

2. Игрушки моют ежедневно в конце дня, а в ясельных группах – 2 раза в день. Кукольная одежда стирается по мере загрязнения с использованием детского мыла и проглаживают.

3. Пенолатексные ворсовые игрушки обрабатывают согласно инструкции завода-изготовителя.

4. Мягконабивные и пенолатексные ворсовые игрушки для детей дошкольного возраста следует использовать только в качестве дидактических пособий.

5. Игрушки не должны иметь острых углов и частей.

6. Игрушки по весу должны соответствовать возрасту ребенка, его росту и физическим силам.

7. Максимальный вес игрушки должен быть не более 400 грамм.

8. В ДОУ не допускается организация пунктов проката и обмена игр, игрушек и др. инвентаря. Следует соблюдать групповую принадлежность игрушек.

9. В случае инфекционной болезни кого-либо из детей группы игрушки кипятятся или моются в мыльно-содовом растворе, тщательно прополаскиваются под струей проточной воды, кварцуются.

10. Не должно быть игрушек из бьющегося материала, ломких, мелких (диаметр игрушек не должен быть менее 30 мм).

11. Запрещается использовать для игр аэрозольные флаконы, коробки из под сигарет, папирос, коробки из под моющих и лекарственных средств.

12. Нельзя пользоваться, дудками, губными гармошками.

13. Хранить игрушки нужно на специальных полках, стеллажах, высота которых должна быть доступна детям.

14. Соблюдать принципы построения предметной развивающей среды:

- принцип эмоциональности среды;
- принцип индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия детей и взрослых;
- принцип учета половых и индивидуальных различий детей;
- принцип дистанции, позиции при взаимодействии.

15. Для показа диафильмов используют стандартные проекторы и экраны с коэффициентом отражения 0,8. Высота подвеса экрана над полом должна быть не менее 1м. и не более 1,3м.

ОХРАНА ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ.

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

2. Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

3. Организованные формы двигательной активности должны включать: утреннюю гимнастику, физкультурные занятия в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах и т.п.

4. Следует предусмотреть объем двигательной активности воспитанников 5-7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6-8 часов в неделю с учетом психофизических особенностей детей, времени года и режима работы ДОУ.

5. С детьми 2-го и 3-го года жизни занятия проводят по подгруппам воспитатели 2-3 раза в неделю. Занятия с детьми 2-го года жизни проводят в групповом помещении, с детьми 3-го года жизни – в групповом помещении или в физкультурном зале.

6. Рекомендуемая наполняемость групп на занятиях физкультурой и их длительность, в зависимости от возраста детей:

1,7 мес.-2 г.	кол-во детей 4-6 детей	длительность занятий – 8-10 мин.
2 г.-2 г. 11мес.	8-12	10-15 мин.
3 г. (2-ая пол. года)	вся группа	15 мин.

7. Физкультурные занятия для дошкольников проводят не менее 3 раз в неделю. Длительность занятия зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе – 15 минут;
- в средней – 20 минут;
- в старшей – 25 минут;
- в подготовительной – 30 минут.

8. Одно из трех физкультурных занятий для детей 5-7 лет следует круглогодично проводить на открытом воздухе. Его проводят только при отсутствии медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Занятия на открытом воздухе организуют с учетом местных климатических особенностей. Занятия проводят при температуре воздуха до – 15С в безветренную погоду. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия переносят в зал.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях максимальное число занятий физкультурой проводят на открытом воздухе.

9. Оценку эффективности физкультурного занятия для дошкольников проводят по показателю моторной плотности и среднего уровня частоты сердечных сокращений (ЧСС) у детей. Моторная плотность занятия в зале (отношение времени занятия, затраченного ребенком на движения, к общей продолжительности занятия, выраженное в процентах) должна составлять не менее 70 %, на воздухе не менее 80 %.

Для обеспечения тренировочного эффекта на занятиях в зале средний уровень ЧСС у детей 3-4 лет составляет 130-140 уд./мин; у детей 5-7 лет – в зале 140-150 уд./мин; на воздухе – 150-160 уд./мин.

10. Оценка эффективности физического воспитания осуществляется на основе динамики состояния здоровья детей, развития двигательных качеств и навыков на каждом году жизни.

Тестирование физической подготовленности дошкольников проводят в начале учебного года (сентябрь-октябрь) и в конце его (апрель-май) и контролирует методист (старший воспитатель) ДОУ. Оценку физической подготовленности медицинская сестра вносит в «Медицинскую карту». Разрешение на проведение физической подготовленности детей дает медицинский персонал ДОУ.

11. Утреннюю гимнастику проводят ежедневно со всеми детьми одновременно. Продолжительность ее составляет: в 1 младшей – 4 мин., во 2 младшей – 6 мин., в средней – 8 мин., в старшей – 10 мин., в подготовительной – 12 мин. Заканчивать утреннюю гимнастику следует за 5-10 минут до завтрака.

12. Помещение для физ. занятий должно соответствовать техническим требованиям, быть достаточно просторным, светлым, чистым, хорошо проветренным. Перед каждым занятием необходимо проводить влажную уборку. Температура в спортивном зале - +16 - +18С.

13. Дети должны заниматься в специальной облегченной одежде и обуви. Если позволяют условия, то в носочках или босиком.

При проведении занятий на улице летом, на детях должны быть - трусы, майка, чешки или тапочки на резиновой подошве. В прохладные дни – удобные шерстяные, трикотажные костюмы, на ногах - обувь на мягкой подошве, шарф и перчатки надевают при необходимости. В морозную погоду надевают не менее 3-х слоев одежды 1- х/б трикотажное белье; 2 - спортивные брюки из плотной шерстяной ткани и свитер; 3 - куртка. На голову - вязанная шерстяная шапочка. На руки- варежки шерстяные или кожаные. Шарф завязывается узлом сзади. Обувь – теплые ботинки.

14. Применяемые пособия и игрушки должны соответствовать по устройству, размерам, весу и возрасту детей.

15. Снаряды должны быть устойчивыми, прочными и хорошо отполированными.

16. При использовании гимнастического инвентаря запрещается

- перепрыгивать через лежащие палки;
- переносить тяжелые предметы;
- использовать вертикальные ограничители в виде флажков, палочек, ниже роста детей.
- вводить элементы акробатики, такие как кувырки через голову, мостик и др.
- использовать упражнения с резкими движениями рук, головы.

17. При выполнении физических упражнений, воспитатель должен страховать ребенка, оказывать ему помощь. Под спортивными снарядами должны находиться гимнастические маты.

18. Необходимо правильно регулировать дозировку, чередуя нагрузку и отдых, чаще менять задания, чтобы исключить длительную нагрузку.

19. Физическую нагрузку на детей давать с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, физического и психического здоровья.

20. Обязательно использовать упражнения для профилактики плоскостопия и нарушения осанки, различные виды гимнастик.

21. В пару нельзя давать упражнения на внимание и координацию движений, ограничить бег,

22. Физкультурные занятия на воздухе проводить на специальной оборудованной площадке.

ОХРАНА ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ПРИ НЕПОСРЕДСТВЕННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. ДООУ несет ответственность за соответствие программ и технологий обучения и воспитания, методов и организации учебно-воспитательного процесса возрастным и психофизиологическим возможностям детей.

2. Для детей ясельного возраста от 1,5 до 3 лет планируют не более 10 занятий в неделю (развитие речи, дидактические игры, развитие движений, музыкальные и др.) продолжительностью не более 8-10 минут. Допускается проводить одно занятие в первую и одно во вторую половину дня. В теплое время года максимальное количество занятий проводят на участке во время прогулки. Нецелесообразно одновременно проводить занятия с группой более 7-8 детей.

3. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая занятия по дополнительному образованию, для детей дошкольного возраста составляет: в младшей группе (дети 4-го года жизни) - 11 занятий, в средней группе (дети 5-го года жизни) - 12, в старшей группе (дети 6-го года жизни) - 15, в подготовительной (дети 7-го года жизни) - 17 занятий.

4. Максимально допустимое количество занятий в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает двух, а в старшей и подготовительной - трех. Их продолжительность для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей 5-го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни - не более 25 минут, а для детей 7-го года жизни - не более 30 минут. В середине занятия проводят физкультминутку. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут. Занятия для старшего дошкольного возраста могут проводиться во второй половине дня, но не чаще 2-3 раз в неделю. Длительность этих занятий - не более 25-30 минут. В середине занятия статического характера проводят физкультминутку.

5. Занятия по дополнительному образованию (студии, кружки, секции и т.п.) для детей дошкольного возраста недопустимо проводить за счет времени, отведенного на прогулку и дневной сон. Их проводят:

- для детей 4-го года жизни - не чаще 1 раза в неделю продолжительностью не более 15 минут
- для детей 5-го года жизни - не чаще 2 раз в неделю продолжительностью не более 20 минут;
- для детей 6-го года жизни - не чаще 2 раз в неделю продолжительностью не более 25 минут;
- для детей 7-го года жизни - не более 3 раз в неделю продолжительностью не более 30 минут.

6. Занятия физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла должны занимать не менее 50 % общего времени занятий.

7. Занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует проводить в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда). Для профилактики утомления детей рекомендуется сочетать указанные занятия с физкультурными, музыкальными занятиями, ритмикой и т.п.

8. Домашние задания воспитанникам ДООУ не задают.

9. В разновозрастных группах продолжительность учебных занятий следует дифференцировать в зависимости от возраста ребенка. С целью соблюдения возрастных регламентов продолжительность занятий их следует начинать со старшими детьми, постепенно подключая к занятию детей младшего возраста.

10. В середине учебного года (январь-февраль) для воспитанников дошкольных групп организуют недельные каникулы, во время которых проводят занятия только эстетического цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

В дни каникул и в летний период учебные занятия не проводятся. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др., а также увеличивать продолжительность прогулок.

11. Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена и др.) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов.

12. При организации занятий:

- соблюдать тепловой, световой и воздушный режим. Обязательна влажная уборка помещения, температура воздуха не ниже 18-20 градусов;
- использовать картины, игрушки, пособия с учетом возраста детей, согласно педагогическим и гигиеническим требованиям;
- весь наглядный и дидактический материал воспитатель должен готовить заранее;
- необходимо обеспечивать положительный эмоциональный настрой на протяжении всего занятия;
- при обучении и воспитании детей учитывать особенности психического, физического и умственного развития;
- обеспечить умственную нагрузку детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями;
- на протяжении всей деятельности следить за осанкой детей;
- использовать упражнения на релаксацию, аутотренинга, пальчиковую гимнастику, дыхательные упражнения;
- обеспечить правильный подбор мебели.

13. Принимать и отдавать детей следует только родителям или совершеннолетним родственникам.

14. ЗАПРЕЩАЕТСЯ отдавать детей посторонним лицам и лицам в нетрезвом состоянии, оставлять со сторожем или другими лицами, не несущими ответственность за жизнь и здоровье детей.

15. Качаться на подвесных качелях разрешается детям только по одному и сидя.

16. Одно из трех физкультурных занятий для детей 5-7 лет следует круглогодично проводить на открытом воздухе. Его проводят с детьми при условии медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. Занятия на открытом воздухе проводят при температуре воздуха до -15 °C в безветренную погоду. В дождливые, ветреные и морозные дни физкультурные занятия переносятся в помещение. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях максимальное число занятий физкультурой проводят на открытом воздухе.

17. НАЧИНАЯ СО СРЕДНЕЙ ГРУППЫ С ДЕТЬМИ ПЕРИОДИЧЕСКИ ПРОВОДЯТСЯ ПРОГУЛКИ ЗА ПРЕДЕЛЫ УЧАСТКА. ОРГАНИЗАЦИЯ ЭТОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕБУЕТ ОТ ВОСПИТАТЕЛЯ ТЩАТЕЛЬНОЙ ПРОДУМАННОСТИ И ПОДГОТОВЛЕННОСТИ.

18. Отправляясь на экскурсию или на прогулку по улице, воспитатель обязан знать точное количество детей, которых он берет с собой. Для сопровождения детей следует направлять кого-либо из сотрудников. На каждые 10 детей должен быть взрослый.

19. Если по какой-либо причине в ДОУ остаются некоторые дети из группы, то они по указанию заведующей должны находиться под присмотром определенного сотрудника.

20. Длительность пути для детей 6-7 лет составляет 1,5 км. в один конец, 5 лет – не более 1 км. Через каждые 30 минут – остановка. При переходе через улицу следует соблюдать осторожность и строго выполнять правила уличного движения, избегать улиц с большим движением.

21. При переходе через проезжую часть, для остановки транспорта и обеспечения безопасного перехода детей, пользоваться сигнальными флажками.

22. Не допускать прогулок по железнодорожным путям.

23. Не следует перегружать детей наблюдениями.

24. Весь путь следования должен быть предварительно осматриваться воспитателем, а при необходимости заведующим.

25. Экскурсия на водоем и пруд проводится только после предварительного посещения места экскурсии воспитателем, выбора удобного берега и при условии небольшой группы на одного взрослого.