Уважаемые педагоги и родители нашего учреждения! Предлагаю вашему вниманию СанПиН 2.4.1.3049-13 в таблицах.

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продолжительность | Дети до 3 лет | Дети с 3 до 7 лет |
| Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования | в соответствии с медицинскими рекомендациями. | 5,5 – 6 часов |
| Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет | 3-4 часа | 3-4 часа |
| При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать. | | |
| дневной сон | не менее 3 часов | 2 - 2,5 часа |

Непосредственно образовательная деятельность

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет | от 3 до 4 лет  младшая группа | для детей от 4 до 5 лет  средняя группа | для детей от 5 до 6 лет  старшая группа | для детей от 6 до 7 лет  подготовительная группа |
| Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности | не должна превышать 10 мин | - не более 15 минут, | - не более 20 минут | - не более 25 минут | - не более 30 минут. |
| Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки,  В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки. | | | | | |
| Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня |  | 30 минут | 40 минут | 50 минут и | 1,5 часа |
| Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности | - не менее 10 минут. | | | | |
| Занятия по физическому развитию основной образовательной программы |  | не менее 3 раз в неделю | не менее 3 раз в неделю | не менее 3 раз в неделю | не менее 3 раз в неделю |

Требования к температуре воздуха

|  |  |
| --- | --- |
| Помещения | Температура не ниже |
| Приёмные, игровые ясельных групповых | 220 |
| Приёмные, игровые для детей старше 3 лет | 210 |
| Спальни | 190 |
| Туалет ясли | 220 |
| Туалет дошкольных групп | 190 |
| Помещения медицинского назначения | 220 |
| Музыкальный зал | 190 |
| Отапливаемые переходы | 15 |

В СанПиН 2.4.1.3049-13 ничего не говорится о рекомендуемой одежде детей в детском саду, но в предыдущих редакциях СанПиНа такие рекомендации приводятся:

Одежда в помещении детского сада

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| t | Количество слоёв одежды | Одежда и обувь |
| +25..+23 | 1 | Хлопчатобумажное белье (трусики)  Мальчики: тонкий   хлопчатобумаж­ный костюмчик — шор­ты и футболка с корот­кими рукавами  Девочки: легкое хлопчатобумаж­ное платье с короткими рукавами или сарафан  Носочки, босоножки |
| +22..+21 | 2 | Хлопчатобумажное белье (трусики, майка)  Мальчики: трикотажные брюки, ру­башка  или  футболка  с короткими рукавами, носки  Девочки: платье с короткими ру­кавами, гольфы  Босоножки |
| +20..+18 | 2 | Хлопчатобумажное белье (трусики, майка)  Мальчики: брюки, трикотажная рубашка с длинными ру­кавами, носки  Девочки: платье или   костюм с длинными рукавами, тонкие   хлопчатобумаж­ные колготки |
| +17..+16 | 3 | Хлопчатобумажное белье (трусики, майка)  Мальчики: брюки, бадлон с длин­ными  рукавами,  джем­пер, носки  Девочки: платье или костюм с длинными рукавами, кофта, колготки  Тапочки |

Как одеть ребёнка на прогулку

|  |  |
| --- | --- |
| t +23 и выше | 1 - 2 - слойная одежда: тонкое бельё, платье (рубашка) с коротким рукавом, шорты, носки, сандалии. Если t выше 25 - лучше только майка и трусики, на голове - панамка или шапочка с козырьком |
| t +18..+22 | Одежда и обувь примерно такие же, как в помещении; при сильном ветре - тёплая кофточка |
| t +15..+7 | 3- слойная одежда:  тонкое хлопчатобумажное бельё, плотное хлопчатобумажное, трикотажное или шерстяное  платье ( рубашка) с длинным рукавом,   тёплая кофточка, колготки, панама (если ветер - лёгкая шапочка; если сильный ветер - вместо кофточки лёгкая куртка), туфли или ботинки |
| t +7..+14 | 3- слойная одежда: хлопчатобумажное бельё ( футболка, трусы), тёплое  платье (тёплая рубашка с брюками),  куртка или демисезонное пальто, колготки, рейтузы ,тёплые носки, шапка, ботинки или тёплые сапоги |
| t +6..-2 | 4 - слойная одежда: хлопчатобумажное бельё: тёплое  платье (рубашка с брюками), трикотажная шерстяная кофточка, куртка или демисезонное пальто, колготки, рейтузы ,носки, шерстяная шапка на подкладке, сапоги; при t ниже 0 - зимнее пальто без трикотажной кофты или утеплённый комбинезон, тёплые перчатки или  варежки |
| t -2..-8 | 4 - слойная одежда: хлопчатобумажное бельё: трикотажное или шерстяное платье(рубашка с брюками), трикотажная шерстяная кофточка, зимнее пальто или утеплённый комбинезон, колготки, рейтузы или брюки, шерстяные носки,  зимняя шапка, утепленные сапоги , варежки |
| t -8..-19 | 5 - слойная одежда: хлопчатобумажное бельё: трикотажное или шерстяное платье(рубашка с брюками), тёплая толстая шерстяная кофточка (свитер) или 2 трикотажные кофты, зимнее пальто, колготки, рейтузы, брюки, шерстяные носки, хлопчатобумажная косынка, зимняя шапка, утепленные сапоги или валенки, варежки |

Таблицы с рекомендуемой одеждой детей в зависимости от температуры воздуха не являются обязательными, но обращаю Ваше внимание на количество слоёв одежды. Соблюдение этих рекомендаций позволит Вам не перегреть и не переохладить ребёнка.