

**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА»**

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора ЧОУДО «Академия
детского интеллекта»

№ 16-ОД от 30 августа 2024 г.

 Амосова А.В.



РЕЖИМ ДНЯ

ЧОУДО «Академия детского интеллекта»
2024-2025 учебный год

Санкт-Петербург
2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧОУДО "АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА", АМОСОВА АННА
ВАЛЕРЬЕВНА, ДИРЕКТОР

19.09.24 10:01 (MSK)

Сертификат 0248039E00C5B13DB34219CEF7FF3C3405
Действует с 07.08.24 по 07.11.25

РЕЖИМ И РАСПОРЯДОК ДНЯ В ЧОУДО «АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА»

Режим и распорядок дня в ЧОУДО «Академия детского интеллекта» устанавливаются с учетом требований [СанПиН 1.2.3685-21](#), условий реализации программы образовательного учреждения, потребностей участников образовательных отношений. Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Основными компонентами режима являются:

- сон;
- пребывание на открытом воздухе (прогулка);
- образовательная деятельность;
- игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность);
- прием пищи;
- личная гигиена.

Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности. Дети, соблюдающие режим дня, более уравновешены и работоспособны, у них постепенно вырабатываются определенные биоритмы, система условных рефлексов, что помогает организму ребенка физиологически переключаться между теми или иными видами деятельности, своевременно подготавливаться к каждому этапу: приему пищи, прогулке, занятиям, отдыху. Нарушение режима отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.

Приучать детей выполнять режим дня необходимо с раннего возраста, когда легче всего вырабатывается привычка к организованности и порядку, активной деятельности и правильному отдыху с максимальным проведением его на свежем воздухе. Делать это необходимо постепенно, последовательно и ежедневно.

Режим дня в ЧОУДО «Академия детского интеллекта» гибкий, неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

При организации режима предусматривается оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточную двигательную активность ребенка в течение дня, обеспечивает сочетание умственной и физической нагрузки. Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно [СанПиН 1.2.3685-21](#) при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

Согласно пункту [2.10 СП 2.4.3648-20](#) к организации образовательного процесса и режима дня в ЧОУДО «Академия детского интеллекта» соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. в ЧОУДО «Академия детского интеллекта» обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях;
- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

Регламентирование режимных моментов в течение дня в ЧОУДО «Академия детского интеллекта»

<i>Режим дня для детей в холодный период года</i>					
Режимные моменты	Группа раннего возраста	Группа младшего дошкольного возраста	Группа среднего дошкольного возраста	Группа старшего дошкольного возраста	
	(1,5 – 3 года)	(3 – 4 года)	(4 – 5 лет)	(5 – 6 лет)	(6 – 7 лет)
Утренний прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, элементарная трудовая деятельность по самообслуживанию, утренняя гимнастика	8.00 – 9.00	8.00 – 8.50	8.00 – 8.50	8.00 – 8.50	8.00 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	9.00 – 9.30	8.50 – 9.20	8.50 – 9.20	8.50 – 9.20	8.40 – 9.10
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к занятиям	–	9.20 – 9.30	9.20 – 9.30	9.20 – 9.30	–
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.30 - 9.40 9.50 - 10.00 (занятия по подгруппам в игровой форме)	9.30 - 9.45 9.55 - 10.10	9.30 - 9.50 10.00 - 10.20	9.30 - 9.55 10.05 - 10.30	9.10 – 9.40 9.50 – 10.20 10.30 – 11.00
Второй завтрак	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.30 - 11.00	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке, режимные	10.00 – 11.30	10.10 – 12.00	10.20 – 12.00	10.30 – 12.00	11.00 – 12.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧОУДО "АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА", АМОСОВА АННА
ВАЛЕРЬЕВНА, ДИРЕКТОР

19.09.24 10:01 (MSK)

Сертификат 0248039E00C5B13DB34219CEF7FF3C3495
Действует с 07.08.24 по 07.11.25

моменты, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе, физкультурное занятие на воздухе, совместная деятельность)					
Возвращение с прогулки, режимные моменты, подготовка к обеду, ОБЕД	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна. Воздушные и водные процедуры, режимные моменты, игры	12.30 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)	16.00 – 16.10 16.20 – 16.30 (занятия по подгруппам в игровой форме)	–	–	16.00 - 16.25	–
Традиции детского Центра, физкультурный досуг, музыкальные развлечения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность.	16.00 - 18.00	16.00 - 18.00	16.00 - 18.00	16.25 - 18.00	16.00 - 18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00 - 18.30	18.00 - 18.30	18.00 - 18.30	18.00 - 18.30	18.00 - 18.30

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧОУДО "АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА", АМОСОВА АННА
ВАЛЕРЬЕВНА, ДИРЕКТОР

19.09.24 10:01 (MSK)

Сертификат 0248039E00C5B13DB34219CEF7FF3C3495
Действует с 07.08.24 по 07.11.25

Подготовка к прогулке, режимные моменты, прогулка, подвижные игры на свежем воздухе	18.30 - 19.30	18.30 - 19.30	18.30 - 19.30	18.30 - 19.30	18.30 - 19.30
Возвращение с прогулки, элементарный хозяйственно-бытовой труд, совместная деятельность, игры, уход детей домой	19.30 - 20.00	19.30 - 20.00	19.30 - 20.00	19.30 - 20.00	19.30 - 20.00

Режим дня для детей в летний период года

Режимные моменты	Группа раннего возраста	Группа младшего дошкольного возраста	Группа среднего дошкольного возраста	Группа старшего дошкольного возраста	
	(1,5 – 3 года)	(3 – 4 года)	(4 – 5 лет)	(5 – 6 лет)	(6 – 7 лет)
Утренний прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, элементарная трудовая деятельность по самообслуживанию, утренняя гимнастика	8.00 – 9.00	8.00 – 8.50	8.00 – 8.50	8.00 – 8.50	8.00 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	9.00 – 9.30	8.50 – 9.20	8.50 – 9.20	8.50 – 9.20	8.40 – 9.10
Самостоятельная деятельность, игры		9.20 – 9.30	9.20 – 9.30	9.20 – 9.30	—
Второй завтрак	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.30 - 11.00	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке, режимные	10.30 – 12.00	9.30 – 12.00	9.30 – 12.00	9.30 – 12.00	9.10 – 12.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧОУДО "АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА", АМОСОВА АННА
ВАЛЕРЬЕВНА, ДИРЕКТОР

19.09.24 10:01 (MSK)

Сертификат 0248039E00C5B13DB34219CEF7FF3C3495
Действует с 07.08.24 по 07.11.25

моменты, прогулка (мероприятия на свежем воздухе физического, художественно-эстетического направлений), совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность, игры					
Возвращение с прогулки, режимные моменты, подготовка к обеду, ОБЕД	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна. Воздушные и водные процедуры, режимные моменты, игры	12.30 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00 - 18.30	18.00 - 18.30	18.00 - 18.30	18.00 - 18.30	18.00 - 18.30
Подготовка к прогулке, режимные моменты. Прогулка, подвижные игры на свежем воздухе, традиционные мероприятия детского Центра, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность	18.30 - 19.30	18.30 - 19.30	18.30 - 19.30	18.30 - 19.30	18.30 - 19.30

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧОУДО "АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА", АМОСОВА АННА
ВАЛЕРЬЕВНА, ДИРЕКТОР

19.09.24 10:01 (MSK)

Сертификат 0248039E00C5B13DB34219CEF7FF3C3495
Действует с 07.08.24 по 07.11.25

Уход детей домой	до 20.00	до 20.00	до 20.00	до 20.00	до 20.00
Регламентирование режимных моментов в течение дня в группе раннего возраста (1,5-2 года) кратковременного пребывания					
Мероприятия			Время		
Прием осмотр, игры детей в группе			9.00- 9.30		
Утренняя гимнастика			9.30-9.40		
Игры, самостоятельная деятельность детей			9.40-10.25		
Воспитание и обучение в играх-занятиях (1 подгруппа)			10.25- 10.35		
Воспитание и обучение в играх-занятиях (2 подгруппа)			10.40- 10.50		
Динамическая пауза, выполнение культурно-гигиенических процедур, питьевой режим			10.50-11.00		
Воспитание и обучение в играх-занятиях (3 подгруппа) при посещаемости от 80%)			10-50-11.10		
Подготовка к прогулке, прогулка			11.10-12.00		
Уход домой с прогулки			12.00-12.30		
Адаптационный режим дня для детей раннего и младшего возраста.					
Адаптационный режим дня выстраивается индивидуально для каждого ребенка, вновь поступающего в ЧОУДО «Академия детского интеллекта» Рекомендуемый режим адаптации: 1 неделя (пребывание в образовательном учреждении не более - 2-х часов) Первые 3 дня с 9.00 - 10.00 (пребывание в группе, игры) Последующие дни с 8.00 - 10.30 (прием пищи, игры на участке) 2 неделя (пребывание в образовательном учреждении от 3-4 часов) Первые 3 дня с 8.00 - 11.00 (прием пищи, прогулка, игры на участке) Последующие дни с 8.00 - 12.00 (прием пищи, прогулка, игры на участке)					

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧОУДО "АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА", АМОСОВА АННА
ВАЛЕРЬЕВНА, ДИРЕКТОР

19.09.24 10:01 (MSK)

Сертификат 0248039E00C5B13DB34219CEF7FF3C3495
Действует с 07.08.24 по 07.11.25

3 неделя (пребывание в образовательном учреждении от 5 - 7 часов)

Первые 2 дня с 8.00 - 13.00 (прием пищи, прогулка, игры на участке, укладывание на сон)

Последующие дни с 8.00 - 15.00 (прием пищи, прогулка, игры на участке, укладывание на сон)

4 неделя (пребывание в образовательном учреждении полный день до 16.30)

5 неделя (пребывание в образовательном учреждении полный день до 17.00 - 18.00)

Примечание: в зависимости от того, как протекает адаптация ребенка к условиям детского сада, рекомендуется и режим пребывания в образовательном учреждении.

Особенности:

Сокращено время пребывания ребёнка в ЧОУДО «Академия детского интеллекта»

Постепенное увеличение времени пребывания ребёнка в ЧОУДО «Академия детского интеллекта» (индивидуально для каждого ребёнка).

Рекомендованная форма работы – совместная деятельность взрослого с детьми.

Корректируется время прогулки и дневного сна (увеличивается, сокращается или сдвигается) с учетом индивидуальных особенностей ребенка.

Не проводятся закаливающие процедуры.

Щадящий режим

Вид деятельности в режиме дня	Ограничение	Ответственный
Приход в детский сад	Желательно 8.00-8.30	Родители
Гигиенические процедуры и закаливающие процедуры (полоскание полости рта)	t воды -16-20, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель пом. воспитателя
Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель
Питание (завтрак, обед, полдник)	Докармливание (младший возраст). Первыми садятся за стол.	Воспитатель Пом. воспитателя
Сборы на прогулку, выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь. Выход последними.	Воспитатель Пом. воспитателя
Возвращение с прогулки	Возвращение первыми под присмотром взрослого. Снимается влажная одежда, одевается сухая.	Воспитатель Пом. воспитателя
Прогулка	Умеренная двигательная активность	Воспитатель Пом. воспитателя

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧОУДО "АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА", АМОСОВА АННА
ВАЛЕРЬЕВНА, ДИРЕКТОР

19.09.24 10:01 (MSK)

Сертификат 0248039E00C5B13DB34219CEF7FF3C3495
Действует с 07.08.24 по 07.11.25

Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки на 50%	Воспитатель Инструктор по ФИЗО	
Занятия интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в 1 -й половине занятия	Воспитатель	
Дневной сон	Укладывание первыми. Подъем по мере просыпания.	Воспитатель	
Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроения и желаний ребенка	Воспитатель	
Самостоятельная деятельность	Вдали от окон и дверей	Воспитатель	
Уход домой	Желательно до 17.00	Родители	
Организация щадящего оздоровительного режима в дошкольном учреждении для детей после перенесенных заболеваний и для детей с особыми потребностями. Элементы щадящего режима в ЧОУДО «Академия детского интеллекта»			
Сон. Увеличить продолжительность дневного сна. Для этого следует укладывать ребенка первым и поднимать последним. Обеспечить спокойную обстановку перед укладыванием. Кормление. Не заставлять съедать целую порцию, нелюбимое блюдо; по показаниям соблюдать диету; давать фрукты, овощи и натуральные соки дома; кормление детей с повышенной возбудимостью проводить отдельно от всей группы. Организация бодрствования. Обеспечить частый контакт со взрослыми, дать возможность поиграть с любимой игрушкой, иногда уединиться для любимого занятия (рисование, разглядывание картинок). В организованной деятельности увеличить индивидуальное обращение к ребенку, не начинать обучение новому, не допускать переутомления, разрешить отвлечься, обеспечить рациональную двигательную активность в группе и на прогулке. Следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности). Физическое воспитание. На физкультурных занятиях ограничить бег, прыжки, подвижные игры (в это время может наблюдать за товарищами, помогать воспитателю); разрешить заниматься в обычной одежде и обуви; во время гимнастических занятий учить правильно дышать носом, выполняя соответствующие упражнения; рекомендовать элементы лечебной дыхательной гимнастики родителям. Закаливание. В зимнее, осеннее время года особое внимание следует уделять соответствию одежды ребенка температуре воздуха в помещении и на воздухе; проводить обливание (контрастным методом) водой высоких температур (38°- 28°- 38° С); для питья должна использоваться кипяченая вода; одевать ребенка на прогулку последним, забирать с прогулки первым			
Сроки щадящего режима после некоторых острых болезней и обострений хронических заболеваний для детей, посещающих дошкольные учреждений.			
ОРВИ, острый бронхит, бронхит, ангина, обострение хронического тонзиллита	Грипп, острый гнойный отит, обострение хронического отита, бронхиальная астма после	Острая пневмония, острые детские инфекционные заболевания, в том числе	Острый нефрит, менингит (любой этиологии)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧОУДО "АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА", АМОСОВА АННА
ВАЛЕРЬЕВНА, ДИРЕКТОР

19.09.24 10:01 (MSK)

Сертификат 0248039E00C5B13DB34219CEF7FF3C3495
Действует с 07.08.24 по 07.11.25

	обострения	кишечные, протекающие в средне-тяжелой форме, обострение экземы, сотрясение мозга средней тяжести, состояние после полостных операций, состояние после тонзилэктомии	
20-25 дней	25-30 дней	2 месяца (часто до 6 мес.)	более 2 месяцев (часто постоянно)

Режим двигательной активности дошкольников

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	а) в помещении	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	б) на свежем воздухе	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно- оздоровительная работа в режиме дня	а)утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 12
	б)подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	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
Физкультурно- оздоровительная работа в режиме дня	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧОУДО "АКАДЕМИЯ ДЕТСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА", АМОСОВА АННА
ВАЛЕРЬЕВНА, ДИРЕКТОР

19.09.24 10:01 (MSK)

Сертификат 0248039E00C5B13DB34219CEF7FF3C3495
Действует с 07.08.24 по 07.11.25

Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	—	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ЧОУДО «Академия детского интеллекта» обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях;
- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале