

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 3»
(МБДОУ № 3)**

Принято:
Педагогическим советом
Протокол № 1
от 28.08.2026г.



**Положение
о режиме занятий воспитанников
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения «Детский сад № 3»**

г. Ростов-на-Дону

2026г.

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий воспитанников (далее — Режим) разработано для муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 3» (далее — Учреждение).

1.2. Настоящий Режим разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 июня 2026 г. № 19, зарегистрированы Минюстом России 3 июня 2026 г., регистрационный № 72450, действуют до 1 сентября 2032 г.);
- Приказом Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказом Минпросвещения России от 6 ноября 2024 г. № 779 «Об утверждении перечня документов, подготовка которых осуществляется педагогическими работниками при реализации основных общеобразовательных программ, образовательных программ среднего профессионального образования»;
- Уставом Учреждения.

1.3. Режим может корректироваться в зависимости от содержания образовательной программы Учреждения, сезона года.

2. Режим работы Учреждения и групп

2.1. Режим работы детского сада: пятидневная рабочая неделя с 7 ч 00 мин. до 19 ч 00 мин. Выходные дни - суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни.

2.2. Все возрастные группы в Учреждении функционируют в режиме полного дня (12-часового пребывания).

3. Режим занятий воспитанников

3.1. Режим занятий устанавливает продолжительность образовательной нагрузки в течение одного занятия и одного дня, особенности организации занятий с применением электронных средств обучения и занятий по физическому воспитанию.

3.2. Организация образовательного процесса в Учреждении осуществляется в соответствии с образовательной программой дошкольного образования Учреждения, учебным планом и расписанием образовательной деятельности.

3.3. Образовательная программа дошкольного образования может реализовываться в течение всего времени пребывания воспитанника в детском саду. Расписание занятий и совместной образовательной деятельности по образовательной программе дошкольного образования Учреждения утверждается приказом заведующего на 1 сентября каждого года.

3.4. Учебный период в Учреждении проходит с 1 сентября по 31 мая, оздоровительный период — с 1 июня по 31 августа. Если первый учебный день приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

3.5. Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию.

3.6. На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов. Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

3.7. Образовательная деятельность (занятия) для всех возрастных групп начинается не ранее 8.00 и заканчивается не позже 17.00.

3.8. При построении образовательного процесса устанавливается учебная нагрузка, продолжительностью ОД:

- для детей от 1,5 до 3 лет — не более 10 минут;
- для детей от 3 до 4 лет — не более 15 минут;
- для детей от 4 до 5 лет — не более 20 минут;
- для детей от 5 до 6 лет — не более 25 минут;
- для детей от 6 до 7 лет — не более 30 минут.

3.9. Продолжительность суммарной образовательной нагрузки в течение дня составляет не более:

- для детей от 1,5 до 3 лет — не более 20 минут;
- для детей от 3 до 4 лет — не более 30 минут;
- для детей от 4 до 5 лет — не более 40 минут;
- для детей от 5 до 6 лет — не более 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна;
- для детей от 6 до 7 лет — не более 90 минут.

3.10. В середине времени, отведенного на ОД, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами ОД (занятиями) — не менее 10 минут.

3.11. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки составляет:

- 10 занятий в неделю продолжительностью 10 мин. — для детей с 1,5 до 3 лет;
- 10 занятий в неделю продолжительностью 15 мин. — для детей от 3 до 4 лет;
- 10 занятий в неделю продолжительностью 20 мин. — для детей от 4 до 5 лет;
- 13 занятий в неделю продолжительностью 25 мин. — для детей от 5 до 6 лет;
- 14 занятий в неделю продолжительностью 30 мин. — для детей с 6 до 7 лет.

3.12. ОД (занятия) с детьми старшего дошкольного возраста могут осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Их продолжительность должна составлять не более 25-30 минут в день. В ОД статического характера проводятся физкультурные минутки.

3.13. ОД (занятия), требующие 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. Проводить такие занятия рекомендуется в дни с наиболее высокой работоспособностью детей (вторник, среда).

3.14. Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельности составляет не менее 10 минут.

3.15. Занятия по дополнительному образованию (кружки, секции)

Занятия в кружках и секциях проводятся два раза в неделю во второй половине дня.

В свободное от организованной образовательной деятельности время, в целях создания условий для наибольшей реализации возможностей воспитанника, в утренние, вечерние часы, во время прогулки воспитателями планируется индивидуальная работа с детьми. Прежде всего, индивидуальная работа проводится с детьми, испытывающими определенные трудности в процессе освоения образовательной программы Учреждения, а также с одаренными детьми, которые обладают особыми способностями к обучению. Планируя индивидуальную работу, педагоги учитывают психические и индивидуальные особенности ребенка.

3.16. В летний период образовательная деятельность не проводится (проводятся досуги, развлечения, спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии, индивидуальная работа с детьми, а также увеличивается продолжительность прогулок).

3.17. Образовательную деятельность с детьми проводят:

- воспитатели в групповых помещениях во всех возрастных группах;
- воспитатель по физической культуре в зале или на улице (во всех возрастных группах: занятие физической культурой);
- музыкальный руководитель в музыкальном зале (во всех возрастных группах: музыкальная деятельность);
- педагог-психолог в групповом помещении или в кабинете педагога-психолога (во всех возрастных группах: индивидуальные занятия в соответствии с графиком работы педагога-психолога);
- учитель-логопед в кабинете учителя-логопеда (логопедическом пункте) (для детей 5-7 лет: индивидуальные и подгрупповые занятия по коррекции нарушений речи в соответствии с графиком работы и утверждённой программой);
- учитель-дефектолог в групповом помещении или в кабинете (во всех возрастных группах: индивидуальные занятия в соответствии с графиком работы социального педагога).

4. Режим занятий с применением электронных средств обучения

4.1. Организация работы групп и помещений с использованием электронных средств обучения (далее — ЭСО) должна соответствовать гигиеническим нормативам.

4.2. Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от 5 лет и старше. Образовательную деятельность с использованием ЭСО для детей 5-7 лет следует проводить не более одного

раза в течение дня и не чаще трех раз в неделю.

4.3. Непрерывная и суммарная образовательная нагрузка при использовании различных типов ЭСО во время образовательной деятельности составляет:

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

4.4. 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.

4.5. Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз. В конце образовательной деятельности — физические упражнения для профилактики общего утомления.

4.6. Для снижения утомляемости детей на занятиях с использованием ЭСО необходимо обеспечить гигиенически рациональную организацию рабочего места: соответствие мебели росту ребенка, достаточный уровень освещенности. Экран видеомонитора должен находиться на уровне глаз или чуть ниже, на расстоянии не ближе 50 см. Ребенок, носящий очки, должен заниматься за компьютерной техникой в них. Недопустимо использование одного компьютера для занятий двух и более детей. Образовательная деятельность с использованием ЭСО проводится в присутствии педагога.

4.7. Для воспитанников 6-7 лет использование ноутбуков возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

5. Режим физического воспитания

5.1. К занятиям по физической культуре допускаются воспитанники на

основании сведений, содержащихся в заключении медицинской организации, выданном по результатам проведенных профилактических медицинских осмотров воспитанников, осуществляемых в порядке, установленном законодательством Российской Федерации в сфере охраны здоровья (ч. 7 ст. 41 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

5.2. Продолжительность физкультурных, физкультурно-оздоровительных занятий и закаливающих мероприятий, подвижных игр определяется с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

5.3. 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.

5.4. 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 зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

5.5. С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию осуществляют по подгруппам 3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

5.6. 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.

5.7. Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 2 до 3 лет и от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Один раз в неделю для детей 5-7 лет следует круглогодично организовывать занятия физической культурой детей на открытом воздухе.

5.8. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- для детей от 1,5 до 3 лет — не более 10 минут;
- для детей от 3 до 4 лет — не более 15 минут;
- для детей от 4 до 5 лет — не более 20 минут;
- для детей от 5 до 6 лет — не более 25 минут;
- для детей от 6 до 7 лет — не более 30 минут.

5.9. Дети, имеющие ограниченные возможности здоровья, дети-инвалиды занимаются физической культурой вместе со своей возрастной группой, но в соответствии с индивидуальным подходом (ограничение высокой двигательной нагрузки, темпа и др.).

5.10. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей в летний период проводится летняя оздоровительная работа, включающая подвижные игры, спортивные упражнения и др. Также проводятся музыкальные и физкультурные развлечения, праздники.

6. Ответственность

Администрация Учреждения, педагогические работники несут ответственность за жизнь, здоровье воспитанников, реализацию в полном объеме режима дня, качество реализуемой образовательной программы, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям воспитанников.

Во время реализации образовательного процесса администрация Учреждения и педагогические работники несут ответственность за:

- качество и реализацию в полном объеме образовательных программ, учебного плана, календарного учебного графика;
- соблюдение расписания образовательной деятельности;
- соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, индивидуальным, психофизиологическим особенностям детей.

7. Заключительные положения

7.1. Срок действия данного Положения не ограничен. Данное Положение действует до принятия нового.

7.2. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом Учреждения или Общим собранием трудового коллектива и принимаются в ходе заседания путем открытого голосования с учетом мнения большинства голосов.