

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 185»

СОГЛАСОВАНО

на педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад № 185»
протокол № 1 от 30.08.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 185»

_____ Сотова И.С.
Приказ № 164 от 30.08.2025 г.

Положение о режиме занятий воспитанников

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 185»

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий воспитанников МБДОУ Детский сад № 185» (далее – Учреждение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 г. № 28, СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 г. № 2, приказом Минобрнауки от 31.07.2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», уставом Учреждения, Правилами внутреннего трудового распорядка Учреждения.

1.2. Основная образовательная программа дошкольного образования реализуется в Учреждении в соответствии с расписанием образовательной деятельности, с учетом режима работы Учреждения и групп, а также режима дня, соответствующего анатомическим и физиологическим особенностям каждой возрастной группы.

1.3. 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.

2. Режим работы Учреждения и групп

2.1. Режим работы Учреждения:

Понедельник-пятница, с 07.00 – 19.00.

2.2. Выходные дни: суббота, воскресенье, праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

2.3. Образовательный процесс осуществляется в соответствии с Образовательной программой дошкольного образования Учреждения МБДОУ «Детский сад № 185».

3. Режим занятий воспитанников

3.1. Образовательная программа дошкольного образования реализуется в течение всего времени пребывания воспитанника в Учреждении.

3.2. При построении образовательного процесса устанавливается учебная нагрузка, руководствуясь следующими ориентирами:

- продолжительность занятия

для детей от 1,5 до 3 лет – не более 10 минут,

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;

- продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки

для детей от 1,5 до 3 лет – не более 20 мин. (2 занятия),

для детей от 3 до 4 лет – не более 30 мин. (2 занятия),

для детей от 4 до 5 лет – не более 40 мин. (2 занятия),

для детей от 5 до 6 лет – не более 50 мин. (2 занятия) или не более 75 мин. (3 занятия) при организации 1 занятия после дневного сна,

для детей от 6 до 7 лет – не более 90 мин. (3 занятия).

Занятия детей старшего дошкольного возраста во второй половине дня могут проводиться после дневного сна, но не чаще двух-трех раз в неделю.

Длительность этих занятий – не более 30 минут, и, если они носят статический характер, в середине занятия следует проводить физкультминутку.

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

3.3. Расписание ОД составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Начало занятий – не ранее 8.00 во всех возрастных группах. Окончание занятий – не позднее 17.00 во всех возрастных группах.

Занятия могут быть организованы как со всей группой обучающихся, так и по подгруппам.

При организации режима пребывания детей в детском саду недопустимо использовать занятия в качестве преобладающей формы организации обучения.

В течение дня необходимо предусматривать сбалансированное чередование специально организованных занятий, нерегламентированной деятельности, свободного времени и отдыха детей.

Не допускать напряженности, «поторапливания» детей во время питания, пробуждения, выполнения ими каких либо заданий.

Необходимо в течение дня обеспечивать баланс разных видов активности детей - умственной, физической, а также разных видов детской деятельности, среди которых преобладающей выступает игра.

При этом среди общего времени занятий следует отводить 50% занятиям, требующим от детей умственного напряжения, остальные 50% должны составлять занятия эстетического и физкультурно-оздоровительного цикла.

Среди последних предпочтение следует отдавать двигательным формам деятельности детей. Занятия по наиболее трудным предметам, требующим повышенной познавательной активности и умственного напряжения (математика, развитие речи, иностранный язык и пр.), целесообразно проводить только в первую половину дня.

Для профилактики утомления детей указанные занятия необходимо сочетать с физкультурными, музыкальными занятиями, ритмикой и т.п.

3.4. 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 ЭСО.

Физкультминутки необходимо проводить в середине занятий.

Продолжительность перерывов между занятиями должны быть не менее 10 минут во всех возрастных группах.

3.5. Занятия физической культурой

для детей в возрасте от 1,5 до 2 лет организуются не менее 2 раз в неделю,

от 2 до 7 лет – не менее 3 раз в неделю.

Длительность занятий физической культурой зависит от возраста детей и составляет:

во II группе раннего возраста – 10 мин.,

в I младшей группе – 10 мин.,

во II 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 3-7 лет следует круглогодично организовывать занятия физической культурой детей на открытом воздухе;

Один раз в неделю для детей 3-7 лет занятия физической культурой организуются по подгруппам.

Один раз в неделю для детей 3-4 лет занятия физической культурой организуются в физкультурном зале, один раз в неделю – в группе.

Занятия физической культурой для детей 1,5-3 лет организуются в группе.

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.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях занятия по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

Занятия физической культурой на открытом воздухе в холодный период года проводятся при температуре воздуха -9С без ветра, при температуре -6С при скорости ветра до 5 м/с, при температуре -3С при скорости ветра 6-10 м/с.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений к общему времени занятия физической культурой должна составлять не менее 70%.

3.6. Занятия по дополнительному образованию (студии, кружки, секции) недопустимо проводить за счет времени, отведенного на прогулку и дневной сон; их количество в неделю не должно превышать двух.

Продолжительность этих занятий не должна превышать 20-25 минут, участие ребенка более чем в двух дополнительных занятиях нецелесообразно.

Окончание занятий при реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций – не позднее 19.00.

3.7. Работа с электронными средствами обучения (далее – ЭСО) должна соответствовать гигиеническим нормативам.

При использовании ЭСО во время занятий и перемен должна проводиться гимнастика для 4 глаз.

При использовании книжных учебных изданий гимнастика для глаз должна проводиться во время перемен. Для профилактики нарушений осанки во время занятий должны проводиться соответствующие физические упражнения (физкультминутки).

При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадах воспитанниками, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать

для детей 5 - 7 лет - 5 - 7 минут

. Общая продолжительность использования ЭСО не должна превышать:

- для интерактивной доски – для детей 5-7 лет

– на занятии не более 7 мин.,

суммарно в день не более 20 мин.

- для интерактивной панели – для детей 5-7 лет
– на занятии не более 5 мин.,
суммарно в день не более 10 мин.
- для персонального компьютера
– для детей 6-7 лет – на занятии не более 15 мин.,
суммарно в день не более 20 мин.
- для ноутбука – для детей 6-7 лет – на занятии не более 15 мин.,
суммарно в день не более 20 мин.
- для планшета – для детей 6-7 лет – на занятии не более 10 мин.,
суммарно в день не более 10 мин.

При использовании 2-х и более ЭСО суммарное время работы с ними не должно превышать максимума по одному из них.

Занятия с использованием компьютеров для детей 5-6 лет не должны проводиться чаще двух раз в неделю.

Продолжительность непрерывной работы с компьютером – не более 10 минут.

Для снижения утомляемости под воздействием компьютерных занятий чрезвычайно важна гигиенически рациональная организация рабочего места за компьютером: соответствие мебели росту ребенка, оптимальное освещение, соблюдение электромагнитной безопасности.

Компьютерная техника, которая используется в дошкольном образовательном учреждении (ДОУ), обязательно должна иметь гигиеническое заключение (сертификат), подтверждающее ее безопасность для детей.

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

Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5 лет не проводятся.

3.7. Занятия проводятся с обучающимися с сентября по май.

3.8. Занятия с детьми проводят:

- воспитатели в групповых помещениях (Во II группе раннего возраста, в I младшей групп – занятие физической культурой в группе)
- инструктор по физической культуре в физкультурном зале или на открытом воздухе (во II младшей группе, в средней группе, в старшей группе, в подготовительной группе: занятие физической культурой);
- музыкальный руководитель в групповом помещении (во II группе раннего возраста и в I младшей группе)
и в музыкальном зале (во II младшей группе, в средней группе, в старшей группе, в подготовительной группе): музыкальная деятельность);
- педагог-психолог в групповом помещении (в старшей и подготовительной группе: занятие с психологом) или в кабинете педагога-психолога (во всех возрастных группах: индивидуальные занятия в соответствии с графиком работы педагога-психолога).

4. Ответственность

4.1. Во время реализации образовательного процесса администрация Учреждения, воспитатели, младшие воспитатели, педагоги-специалисты несут ответственность за жизнь и здоровье детей.

4.2. Во время реализации образовательного процесса администрация Учреждения и педагогические работники несут ответственность за: - качество и реализацию в полном объеме образовательных программ;

- соблюдение расписания ОД;
- соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, индивидуальным, психофизиологическим особенностям детей.

5. Заключительные положения

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

5.2. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом Учреждения и принимаются в ходе заседания путем открытого голосования с учетом мнения большинства голосов.