

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 2 комбинированного вида
Выборгского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Общим собранием работников ГБДОУ
детский сад № 2 Выборгского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 4 от 15.06.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ГБДОУ детский сад № 2
Выборгского района Санкт-Петербурга
_____ Е. А. Костыгова
Приказ № 35-А от 30.06.2026 г.

С учетом мнения Совета родителей

ГБДОУ детский сад № 2 Выборгского
района Санкт-Петербурга

Протокол № 3 от 05.06.2026

**ПОЛОЖЕНИЕ
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Санкт-Петербург

1.ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1.Настоящее положение регулирует деятельность учреждения по проведению занятий в Государственном бюджетном дошкольном образовательном учреждении детский сад № 2 Выборгского района Санкт-Петербурга (далее – образовательное учреждение) в соответствии:

- со статьей 30 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ (с изменениями);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 июня 2026 года № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283–26 Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления молодежи»;
- Уставом образовательного учреждения;
- другими нормативно-правовыми актами по вопросам образования, социальной защиты прав и интересов воспитанников.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ РЕЖИМА ЗАНЯТИЙ

2.1. Основными целями и задачами режима образовательной деятельности являются:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности в образовательной организации;
- обеспечение гармоничного развития воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями;
- учет индивидуальных особенностей каждого воспитанника в период адаптации и нахождения воспитанников в образовательной организации.

3.ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ЗАНЯТИЙ

3.1.Организация режима занятий осуществляется в соответствии с образовательными программами дошкольного образования, реализующимися в образовательной организации с учетом санитарно-эпидемиологических правил и нормативов. Занятия начинаются с 9 часов 00 минут. Учебный год продолжается с 1 сентября по 31 августа текущего учебного года.

3.2.Режим занятий составляется на 12-часовой режим пребывания воспитанников в образовательной организации на каждую возрастную группу и утверждается вместе с дополнениями и приложениями к образовательным программам приказом заведующего.

3.3.Самостоятельная деятельность воспитанников в режиме дня.

3.3.1.На самостоятельную деятельность воспитанников 3–8 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3–4 часов. В этот период во второй половине дня могут проводиться дополнительные занятия.

3.3.2.Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования воспитанников 3-8 лет составляет 5,5–6 часов, до 3 -х лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями.

3.3.3. Общественно-полезный труд воспитанников старшего дошкольного возраста проводится в форме самообслуживания (помощь в подготовке к занятиям, уход за растениями и др.). его продолжительность не должна превышать 20 минут в день.

3.4.Режим питания

3.4.1.Прием пищи устанавливается по строго отведенном времени. В учреждении организуется 4 -х разовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник).

3.4.2.Для обеспечения преемственности питания родителей (законных представителей) информируют об ассортименте питания воспитанника, вывешивая ежедневное меню в Учреждении.

3.4.3.Питьевой режим организуется во всех группах. График смены воды установлен через каждые 3 часа. Ответственность за организацию питьевого режима лежит на воспитателях групп.

3.5.Прогулки.

3.5.1.Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3–4 часа. Продолжительность прогулки определяется образовательным учреждением в зависимости от климатических условий и утверждается в режиме дня. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7м\с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

3.5.2.Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину -перед уходом воспитанников домой.

3.5.3.Во время прогулки с воспитанниками проводятся игры, физические упражнения, наблюдения, экскурсии, занятия. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением воспитанников в помещении дошкольного образовательного учреждения. Во время прогулки 1 раз в неделю воспитатели проводят третье физкультурное занятие (активные игры на прогулке), которое закреплено в режиме дня и сетки занятий.

3.5.4.В летнее время продолжительность прогулки увеличивается до 6 часов.

3.6.Дневной сон.

3.6.1.Общая продолжительность суточного сна для воспитанников дошкольного возраста 1-12,5 часа, из которых 2-2,5 часа отводится на дневной сон. Для воспитанников от 1,5-3 лет сон организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов.

3.6.2.Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур.

3.6.3.Воспитанников, которые долго засыпают и чутко спят, рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними.

3.6.4.Во время сна в спальне, в группе обязательно должен присутствовать воспитатель (или помощник воспитателя), который несет ответственность за гигиену сна, охрану жизни и здоровья воспитанников во время сна.

3.6.5.После дневного сна ежедневного воспитателями групп организуются бодрящая гимнастика.

3.7. Занятия:

3.7.1.Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведённого не непрерывно-образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

3.7.2.Продолжительность образовательной деятельности для воспитанников от 3 до 4 лет не более 15 минут, для воспитанников от 4 до 5 лет -не более 20 минут, для воспитанников от 5 до 6 лет – не более 25 минут, а для воспитанников от 6 до 7 лет -не более 30 минут
Количество проведения занятий в учебном плане не превышает максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки.

Общее количество образовательной деятельности в неделю:

Группа	Количество НОД	Продолжительность
Группа раннего возраста с 1,6 до 2 -х лет	10	до 10 минут
Первая младшая группа с 2 до 3-х лет	10	до 10 минут
Вторая младшая группа с 3 до 4 – х лет	11	не более 15 минут
Средняя группа с 4 до 5 лет	12	не более 20 минут
Старшая группа с 5 до 6 лет	13	не более 25 минут
Подготовительная к школе группа с 6 до 7 лет	14	не более 30 минут

Часть занятий может быть вынесена в режимные моменты

В середине занятий проводятся физкультминутки.

3.7.3.Для воспитанников раннего возраста от 1 до 3 лет длительность образовательной деятельности не должна превышать 10 минут. Допускается осуществлять образовательную

деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

3.7.4. Образовательная деятельность с воспитанниками старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25-30 минут в день и оканчиваться не позднее 15.50. в середине образовательной деятельности статического характера проводятся физкультминутки.

3.7.5. Занятия по дополнительному образованию (кружки, секции) могут организовываться для воспитанников с 3 лет до 7 лет по желанию родителей (законных представителей) и проводится в виде занятий во временной период с 17.00 до 18.00 часов в данное время в учреждении реализуется режим ухода и присмотра, в том числе самостоятельная деятельность воспитанников

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

3.7.7. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения воспитанников, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления воспитанников рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия и т.д.

3.7.8. В начале учебного года до 15 сентября учреждение работает по режиму адаптации, в этот период образовательная деятельность не осуществляется. Организованная деятельность проходит в игровой форме в виде викторин, дидактических игр, тематических праздников, развлечений, драматизаций и т.п. , а также осуществляется занятия по художественно-эстетического и оздоровительного циклов (музыкальные, физкультурные)

3.7.9. В летний период учебные занятия не проводятся. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др. во время прогулки. В летний период занятия осуществляются только по физической и художественно-эстетическим областям.

3.7.10. Занятия повышенной умственной активности для воспитанников дошкольного возраста (математика, развитие речи, занятия познавательного цикла) проводятся в группе воспитателем. Музыкальные и физкультурные занятия проводятся специалистами в музыкальном и спортивном залах.

3.7.11. Занятия в группах раннего возраста проводятся в группах воспитателями. Музыкальные занятия проводятся специалистом в музыкальном зале.

3.7.12. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста воспитанников и времени года. Используются формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика ,занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, бодрящая гимнастика и другие.

В объеме двигательной активности воспитанников 5-8 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей воспитанников, времени года и режима работы Учреждения.

Для реализации двигательной деятельности воспитанников используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом воспитанника.

3.7.13. Занятия по физическому развитию для воспитанников в возрасте от 3 до 8 лет организуется не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе – 15 мин.,
- в средней группе – 20 мин.,
- в старшей группе – 25 мин.,
- в подготовительной группе – 30 мин.

Один раз в неделю воспитателями групп для воспитанников 5 – 8 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию на открытом воздухе. Их

проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию организуется на открытом воздухе.

3.7.14. Для достижения достаточного объема двигательной активности воспитанников необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

4. Ответственность

4.1. Администрация Учреждения, воспитатели, помощники воспитателей, педагоги-специалисты несут ответственность за жизнь, здоровье воспитанников, за реализацию в полном объеме режима дня, качество реализуемых образовательных программ, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным и психофизиологическим особенностям воспитанников.