

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«ДС № 245 г. Челябинска»

ул. Пирогова, 9 г. Челябинск, 454012

тел: 253-97-08; эл.п.: mdou245@mail.ru

---

Принято

Педагогическим советом МБДОУ

«ДС № 245 г. Челябинска»

протокол № 1 от « 30 » 08 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«ДС № 245 г. Челябинска»

Н.Л. Ахапкина

Приказ № 02-20 от « 30 » 08 2024 г.

**Положение  
о режиме занятий обучающихся (воспитанников)  
МБДОУ «ДС № 245 г. Челябинска»**

1. Общие положения
2. Режим работы детского сада и групп
3. Режим занятий воспитанников
4. Режим занятий с применением электронных средств обучения
5. Режим физического воспитания
6. Заключительные положения

## **1. Общие положения**

1.1. Режим занятий (образовательная деятельность) воспитанников МБДОУ «ДС № 245 г. Челябинска» (далее – МБДОУ) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 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 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- Приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Уставом МБДОУ «ДС № 245 г. Челябинска».

1.2. Образовательная программа дошкольного образования (далее – ОП ДО) и Адаптированная образовательная программа для детей с тяжелыми нарушениями речи с 5 до 7 лет (далее - АОП ДО) реализуются в МБДОУ в соответствии с учетом ФГОС ДО, ФОП ДО и ФАОП ДО, а также с учетом 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 детского сада и групп**

2.1. Режим работы детского сада: пятидневная рабочая неделя. Выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни.

2.2. Дошкольные группы в детском саду функционируют в режиме:

- полного дня (12-часового пребывания) – с 06 ч. 30 мин. до 18 ч. 30 мин.

2.3. Продолжительность учебного года в МБДОУ с 1 сентября по 31 мая.

2.4. Каникулы устанавливаются не менее двух раз в течение учебного года (зимние каникулы, летние каникулы) в соответствии с графиком образовательного процесса.

2.4.1. В дни каникул и в летний период занятия не проводятся. Организуются мероприятия по художественно-эстетическому развитию, спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др. Увеличивается продолжительность прогулок.

2.5. Максимальная продолжительность дневного сна детей 1-3 лет составляет не менее 3 ч, 4-7 лет – не менее 2 ч 30 мин.

2.6. Ежедневная продолжительность прогулок для детей до 7 лет не менее 3 ч/день.

2.7. Суммарный объем двигательной активности в день для детей до 7 лет не менее 3 ч.

2.8. Продолжительность утренней зарядки детей до 7 лет не менее 10 минут.

## **3. Режим занятий воспитанников**

3.1. Образовательная программа дошкольного образования реализуется в группах, функционирующих в режиме не менее 3 часов в день. Образовательная программа дошкольного образования может реализовываться в течение всего времени пребывания воспитанника в детском саду.

3.2. Продолжительность одного образовательного занятия составляет не более:

- 10 мин. – от полутора до трех лет;
- 15 мин. – для детей от трех до четырех лет;
- 20 мин. – для детей от четырех до пяти лет;
- 25 мин. – для детей от пяти до шести лет;
- 30 мин. – для детей от шести до семи лет.

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

- 20 мин, отсутствие занятий после дневного сна – от полутора до трех лет;

- 30 мин, отсутствие занятий после дневного сна – для детей от трех до четырех лет;
- 40 мин, отсутствие занятий после дневного сна – для детей от четырех до пяти лет;
- 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна при организации образовательного занятия после дневного сна – для детей от пяти до шести лет;
- 90 мин, в том числе после дневного сна – для детей от шести до семи лет.

3.4. Занятия для всех возрастных групп начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позже 17.00.

3.5. Во время занятий воспитатели проводят соответствующие физические упражнения.

3.6. Для профилактики нарушений осанки, профилактики утомления во время занятий проводятся соответствующие физические упражнения (физкультминутки), гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования ЭСО.

3.7. Перерывы между занятиями составляют не менее 10 мин.

3.8. В реализации содержания образовательных программ дошкольного образования МБДОУ занятия не являются преобладающей формой организации образовательной деятельности. В течение дня предусматривается сбалансированное чередование специально организованных занятий, нерегламентированной деятельности, свободного времени и отдыха детей.

3.9. В течение дня обеспечивается баланс разных видов активности детей - умственной, физической, а также разных видов детской деятельности, среди которых преобладающей выступает игра. При этом среди общего времени занятий отводится 50% занятиям, требующим от детей умственного напряжения, остальные 50% составляют занятия эстетического и физкультурно-оздоровительного цикла.

3.10. Занятия по наиболее трудным предметам, требующим повышенной познавательной активности и умственного напряжения (математика, развитие речи и пр.), проводятся только в первую половину дня. Для профилактики утомления детей указанные занятия сочетаются с физкультурными, музыкальными занятиями и т.п.

3.11. Педагогами может использоваться преимущество интегрированных занятий, которые позволяют гибко реализовать в режиме дня различные виды детской деятельности, а также сократить количество занятий в целом и их общую продолжительность.

3.12. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей раннего возраста с 1 до 3 лет и дошкольного возраста с 3 до 7 лет составляет:

- группы общеразвивающей направленности:
  - в первой ранней группе – 80 минут, продолжительность занятия не более 8 мин;
  - в первой младшей группе (дети третьего года жизни) – 1 часа 40 минут, продолжительность занятия не более 10 мин;
  - во второй младшей группе (дети четвертого года жизни) – 2 часа 30 минут, продолжительность занятия не более 15 мин;
  - в средней группе (дети пятого года жизни) – 3 часа 20 минут, продолжительность занятия не более 20 мин;
  - в старшей группе (дети шестого года жизни) – 5 часов 25 минут, продолжительность занятия не более 25 мин;
  - в подготовительной к школе группе (дети седьмого года жизни) – 6 часов 00 минут, продолжительность занятия не более 30 мин.
- группы компенсирующей направленности:
  - в старшей группе (дети шестого года жизни) – 4 часа 10 минут, продолжительность занятия не более 25 мин;
  - в подготовительной к школе группе (дети седьмого года жизни) – 5 часа 00 минут, продолжительность занятия не более 30 мин.
- группы комбинированной направленности
  - в старшей группе (дети шестого года жизни) – 4 часа 10 минут, продолжительность занятия не более 25 мин.

3.13. Организация образовательного процесса с 1 сентября по 31 мая осуществляется по режиму дня холодного периода года, с 1 июня по 31 августа – по режиму теплого периода года.

3.14. Формами организации совместной образовательной деятельности в режимных моментах являются:

- 1) прогулка, которая включает наблюдения за природой, окружающей жизнью, подвижные игры, труд в природе и на участке, самостоятельную игровую деятельность, экскурсии;
- 2) игры: сюжетно-ролевые, дидактические игры, игры-драматизации, спортивные игры, строительные;
- 3) дежурство детей по столовой, на занятиях;
- 4) труд: коллективный, хозяйственно-бытовой, труд в уголке природы, художественный труд;
- 5) развлечения, праздники, показ театров, вечера-досуги;
- 6) экспериментирование, проектная деятельность, чтение художественной литературы.

3.15. Основной формой организации обучения в МБДОУ является занятие. Занятие организуется и проводится педагогами в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования МБДОУ и режимом занятий. Занятия проводятся с детьми всех возрастных групп детского сада. В режиме дня каждой группы определяется время проведения занятий.

3.16. В дни каникул и в летний период занятия не проводятся. Проводятся мероприятия по художественно-эстетическому развитию, спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др. Увеличивается продолжительность прогулок.

3.17. Домашние задания воспитанникам в МБДОУ не задают.

3.18. Положение о режиме занятий воспитанников может изменяться по решению Педагогического совета МБДОУ.

#### **4. Режим занятий с применением электронных средств обучения**

4.1. Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от пяти лет и старше.

4.2. 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.

4.3. Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз.

#### **5. Режим физического воспитания**

5.1. Физическое воспитание детей направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

5.2. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществлять с учетом состояния здоровья, возраста детей и времени года.

5.3. Двигательный режим предусматривает использование следующих формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика (зарядка), занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные и спортивные игры в группе и на прогулке, дозированная ходьба во время прогулки, различные виды гимнастик и упражнений, физкультурные досуги, спортивные праздники, самостоятельная двигательная активность и другие (Приложение 1).

5.4. Для реализации двигательной деятельности дошкольников может использоваться оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом детей.

5.5. Суммарный объем двигательной активности для детей дошкольного возраста составляет не менее 1 часа в день.

5.6. Продолжительность физкультурных занятий и мероприятий определяется с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

5.7. С детьми второго года жизни занятия по физической культуре проводятся в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

5.8. Возможность проведения занятий физической культурой 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 физкультурном зале.

## **6. Заключительные положения**

6.1. Изменения в настоящее Положение могут вноситься в соответствии с действующим законодательством РФ и Уставом МБДОУ.

6.2. Настоящее Положение размещается на официальном сайте ДОУ в сети интернет с целью ознакомления с ним всех заинтересованных лиц.

6.3. Срок действия настоящего Положения не ограничен. Положение действует до принятия нового

Двигательный режим дошкольников  
в МБДОУ «ДС № 245 г. Челябинска»

Формы двигательной деятельности	1-3 л.	3-4 г.	4 – 5 л.	5 – 6 л.	6 -7 л.
Утренняя гимнастика (зарядка)	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Физкультминутка во время занятия	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин
Дыхательная гимнастика	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Артикуляционная гимнастика (логогимнастика)					
Гимнастика для глаз (зрительная гимнастика)					
Фонетическая гимнастика/логоритмические упражнения					
Пальчиковая гимнастика (пальчиковые игры)	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Динамическая пауза					
Подвижные игры					
Дозированная ходьба					
Гимнастика после сна	5 мин	5 мин	5 мин	10 мин	10 мин
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	20 мин	20 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Занятия по физической культуре	8/10 мин 2/нед	15 мин/ 3/ нед	20 мин/ 3/ нед	25 мин/ 3/ нед	30 мин/ 3/ нед
Физкультурные развлечения и досуги	-	20 мин 1/мес	25 мин 1/мес	30 мин 1/мес	40 мин 1/мес
Спортивные праздники	-	25 мин 2/год	30 мин 2/год	40 мин 2/год	50 мин 2/год