



**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №5
с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому
развитию детей Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

190031, улица Гражданская 21, лит. А.
Телефон: 8 (812)-314-32-40, E-mail: dou5@adm-edu.spb.ru

ПРИНЯТО
решением Общего собрания работников
ГБДОУ детского сада № 5
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «12» января 2026 г. №1

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим
ГБДОУ детский сад № 5
общеразвивающего вида
Адмиралтейского района СПб
Приказ от «12» января 2026 г. № 18

с учетом мнения Совета родителей
ГБДОУ детского сада № 5
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «12» января 2026 г. №1

ПОЛОЖЕНИЕ
О РЕЖИМЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И УЧЕБНОЙ НАГРУЗКЕ
ОБУЧАЮЩИХСЯ (ВОСПИТАННИКОВ)
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКИЙ САД № 5 С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ
АДМИРАЛТЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
(ГБДОУ детский сад № 5 вида Адмиралтейского района СПб)

Санкт-Петербург

2026

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий и учебной нагрузке воспитанников государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 5 Адмиралтейского района СПб (далее - ГБДОУ) разработано в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ
- «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020г № 28;
- СанПиН 2.3./2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утверждены постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 27.10.2020г № 32;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утверждены постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021г № 2;
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028);
- Устава ГБДОУ.

1.2. Положение о режиме занятий и учебной нагрузке воспитанников (далее по тексту - Положение) ГБДОУ разработано с целью обеспечения охраны здоровья воспитанников в ходе образовательной деятельности и воспитательного процесса.

1.3. Положение регламентирует режим занятий и распределяет учебную нагрузку.

1.4. ГБДОУ работает по 5-дневной рабочей неделе.

1.5. Режим работы ГБДОУ с 07.00. до 19.00.

1.6. В субботу, воскресенье и праздничные дни ГБДОУ не работает.

1.7. Образовательная деятельность и воспитательный процесс осуществляется в соответствии с образовательной программой дошкольного образования для детей групп общеразвивающей направленности или адаптированной образовательной программой дошкольного образования для детей групп компенсирующей направленности.

2. Организация режима занятий и учебной нагрузки воспитанников

2.1. Режим занятий и учебная нагрузка воспитанников должны обеспечивать соблюдение установленных санитарно-гигиенических и педагогических требований.

2.2. Продолжительность первого (учебного) периода с 1 сентября по 31 мая. Если 1 сентября приходится на выходной день, то в таком случае учебный год начинается в следующий за ним рабочий день.

2.3. Занятия, различные виды и формы образовательной деятельности воспитательного процесса проводятся в соответствии с санитарно-гигиеническими правилами, возрастом воспитанников, расписанием занятий (музыкальных и физкультурных занятий, коррекционно-развивающих занятий учителя-логопеда), утверждённым руководителем ГБДОУ.

2.4. Занятия, различные виды и формы образовательной деятельности воспитательного процесса проводится фронтально (со всеми детьми) и/или по подгруппам.

2.5. Количество проведения занятий не должно превышать максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня:

— для детей раннего возраста от 1 до 3 лет длительность занятий не должно превышать 20 мин;

— для детей 3-4 лет не превышает 30;

- для детей 4-5 лет не превышает 40 минут;
- с детьми старшего дошкольного возраста 5-6 лет не превышает 45 минут и 6-7 лет - 1,5 часа.

Количество проведения занятий в учебном плане ГБДОУ не превышает максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки

2.6. Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от 5 лет и старше.

Возраст	Продолжительность занятий/мин		
	1 занятия мин.	В день всего зан./мин.	В неделю всего зан./мин.
1,5-3 года	10	2/20	10/100
3-4 года	15	2/30	11/165
4-5 лет	20	2/40	11/220
5-6 лет	25	2(3)/50 (75)	11/275
6-7 лет	30	2-3/60-90	12/360

Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях составляет:

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

Для воспитанников 5-7 лет продолжительность непрерывного пользования:

- экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадах воспитанниками, составляет 5-7 минут;

- наушников составляет не более часа. Уровень громкости устанавливается до 60 процентов от максимальной.

- Во время занятий с использованием электронных средств обучения педагогические работники проводят гимнастику для глаз.

2.7. Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки. Продолжительность занятий:

- для детей от 1 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.

2.8. Перерывы между занятиями не менее 10 минут. Продолжительность перерывов между занятиями-10 минут. Увеличен перерыв между последним занятием и началом дополнительных занятий с 20 минут до 30 минут.

2.9. Первая половина дня отводится занятиям, требующим повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей.

2.10. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Она направлена на физическое, художественно-эстетическое развитие детей: рисование, лепка, аппликация, ознакомление с

художественной литературой, конструирование и ручной труд, физкультурное и музыкальное занятие. Продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день.

2.11. В середине занятий статического характера проводятся физкультурные минутки.

2.12. Занятия по физическому развитию осуществляется во всех возрастных группах.

2.13. С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию образовательной программы осуществляют по подгруппам 2 - 3 раза в неделю в групповом помещении.

Занятия по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 2-3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет не более:

— в младшей группе -15 мин.,

— в средней группе - 20 мин.,

— в старшей группе - 25 мин.,

— в подготовительной к школе группе - 30 мин.

2.14. Один раз в неделю для детей может быть организовано занятие по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

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

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

2.17. Для профилактики переутомления предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

2.18. В середине учебного года в конце декабря для детей организуются недельные каникулы, во время которых занятия не проводится. Проводится подготовка и проведение Новогодних праздников, образовательная деятельность в игровой форме (в виде викторин, дидактических игр, тематических развлечений, драматизаций и т.п.).

2.19. Кружковая работа проводится с учетом индивидуальных особенностей детей, их интересов, потребностей и желания родителей. Режим занятий дополнительного образования устанавливается дополнительным расписанием.

2.20. Второй (теплый) период - летняя оздоровительная кампания продолжается с 01 июня по 31 августа. В летний оздоровительный период занятия осуществляются в форме игровых образовательных ситуаций - физкультурные и музыкальные часы.

3. Ответственность

3.1. ГБДОУ несет в установленном законодательством РФ порядке ответственность за жизнь и здоровье воспитанников.

3.2. Педагоги ГБДОУ самостоятельны в выборе форм, средств, методов обучения и воспитания в пределах определенных Законом РФ «Об образовании в РФ» и Уставом ГБДОУ.

4. Документация

4.1. Режим занятий разрабатывается самостоятельно, ежегодно, утверждается руководителем ГБДОУ и регламентируется расписанием занятий.

4.2. Расписание занятий составляется в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020г № 28) самостоятельно, ежегодно и утверждается руководителем ГБДОУ.