

**ПРИНЯТО:**

на Педагогическом совете МДОУ №21  
Протокол № 1 от 31.08.2026г.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Заведующий МДОУ №21 Корнеева В.Б.  
Приказ №3108001 о/д от 31.08.2026г.



**Положение  
о режиме занятий воспитанников  
муниципального дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад №21 «Золотая рыбка» города Волжска  
Республики Марий Эл**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий воспитанников муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №21 «Золотая рыбка» города Волжска Республики Марий Эл (далее – Положение) разработано в соответствии с

- Федеральным законом от 29.12.2012 №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”, утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19,

-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 № 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 МДОУ №21

1.2. Положение регламентирует режим занятий в МДОУ №21.

**2. Цели и задачи**

2.1. Упорядочение воспитательно-образовательного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами;

2.2. Обеспечение конституционных прав обучающихся на образование и здоровьесбережение.

### **3.Режим организации образовательно-воспитательного процесса**

3.1. Занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 17.00 часов.

3.2. Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно – образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. 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.

3.2. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности:

для детей от 3 до 4-х лет – не более 15

минут, для детей от 4-х до 5-ти лет –

не более 20 минут, для детей от 5 до 6-

ти лет – не более 25 минут,

для детей от 6-ти до 7-ми лет – не более 30 минут.

3.3. 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 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

3.4. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Её продолжительность должна составлять не более 25-30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

3.5. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

### **4.Режим организации физического воспитания**

4.1. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учётом здоровья, возраста детей и времени года.

4.2. Допускается использовать формы двигательной деятельности:

утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, плавание.

4.3. В объем двигательной активности воспитанников 5-7 лет предусматривается в организованных формах оздоровительно – воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизических особенностей детей, времени года и режима работы ДОУ.

4.4. Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь спортивного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребёнка.

4.5. С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2-3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни – в групповом помещении или физкультурном зале.

4.6. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 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.

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

Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Обязательно присутствие медицинского работника на спортивных соревнованиях, походах, массовых спортивных мероприятиях.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет следует круглогодично организовать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний. Возможность проведения 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 непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию проводится на открытом воздухе.

## **5.Проведение занятий с использованием электронных средств обучения (ЭСО)**

- 5.1.Занятия с использованием ЭСО проводятся только для детей с 5 лет. В яслях и младших группах занятия с использованием ЭСО не проводят
- 5.2. Непрерывная продолжительность работы с экраном (при демонстрации программ или фильмов) для детей 5–7 лет составляет 5–7 минут.
- 5.3. На одном занятии запрещено использовать больше двух видов ЭСО одновременно (например, интерактивная доска и ноутбук).
- 5.4.Запрещены мониторы на базе электронно-лучевых трубок. Минимальная диагональ монитора или ноутбука должна быть от 15,6” (39,6 см), планшета — от 10,5” (26,6 см).
- 5.5. Расстояние от глаз ребенка до экрана компьютера — не менее 50 см. Планшеты размещают на столе под углом наклона 30 градусов.
- 5.6.Окна оборудуются шторами для защиты от яркого света, а на экранах не должно быть бликов.
- 5.7. Во время занятий с электроникой обязательно проводят гимнастику для глаз и физкультминутки для осанки.