



**Общество с ограниченной ответственностью «Эрудит»
(фирменное наименование – ООО «Эрудит»)**

Рассмотрено
на педагогическом совете
Общества с ограниченной
ответственностью «Эрудит»
Протокол № 1
от 28 августа 2025 г.

Утверждено
Приказом Исполнительного
директора Общества с ограниченной
ответственностью «Эрудит»
Ладыженской Т.Н.
от 28 августа 2025 г. № 28-2

Согласовано с Советом родителей,
Мотивированное мнение
от 28 августа 2025 г.
Протокол № 1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ
ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
025297b9000fb1b3ac40d3be603df29eeb

Владелец: Ладыженская Татьяна Николаевна

Срок действия: с 07.02.2025 по 07.05.2026

**Положение
о режиме занятий обучающихся
Общества с ограниченной ответственностью «Эрудит»**

Санкт-Петербург, 2025

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся Общества с ограниченной ответственностью «Эрудит» (далее – Положение) разработано в соответствии:

- с Федеральным законом № 273 – ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации (с изменениями и дополнениями);

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 (с изменениями и дополнениями),

- Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации № 1028 от 25.11.2022 «Об Утверждении Федеральной образовательной программы дошкольного образования» (ФОП ДО).

- Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации № 1022 от 24.11.2022 «Об Утверждении Федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования» (ФАОП ДО).

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 32 от 27.10.2020.

- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 2 от 28.01.2021.

- Уставом ООО «Эрудит» (далее – Устав).

- Положением о специализированном структурном образовательном подразделении Организации.

1.2. Образовательная программа дошкольного образования/адаптированная образовательная программа дошкольного образования) (далее ОП ДО и АОП ДО) реализуется в Обществе с ограниченной ответственностью «Эрудит» (далее Организация) в соответствии с расписанием образовательной деятельности, совместной деятельности педагога с обучающимися с учетом режима работы Организации 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, одного дня, недели, особенности организации

занятий с применением электронных средств обучения и занятий по физическому воспитанию.

1.4. Режим занятий обучающихся сформирован в соответствии с учебным планом, календарным учебным графиком, расписанием занятий, режимом дня Организации.

1.5. Режим дня представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

1.6. Режим и распорядок дня устанавливаются с учетом санитарно-эпидемиологических требований, условий реализации ОП ДО и АОП ДО Организации, потребностей участников образовательных отношений.

1.7. Основными компонентами режима в Организации являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

1.8. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса должны соответствовать требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

1.9. Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно пункту 185 СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и т. д.).

1.10. Режим питания зависит от длительности пребывания детей в Организации и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Согласно пункту 183 СанПиН 1.2.3685-21 ДОО

1.11. Режим занятий обучающихся обязателен для исполнения педагогическими работниками, учебно-вспомогательным персоналом Организации. Текущий контроль выполнения режима занятий осуществляет старший воспитатель, методист, руководитель Организации.

1.12. Ознакомление родителей (законных представителей) обучающихся с режимом занятий осуществляется при приеме детей в Организацию, на родительских собраниях, размещается на официальном сайте Организации.

2. Режим работы Организации и групп

2.1. Режим работы Организации: пятидневная рабочая неделя. Выходные дни – суббота, воскресенье, праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

2.2. Дошкольные группы в Организации функционируют в режиме продленного дня (13– часового пребывания – с 07 ч 00 мин до 20 ч 00 мин).

3.9. В режим образовательной деятельности могут вноситься изменения с учетом педагогической целесообразности и рациональности режима дня, погодных и временных условий.

3.10. Дети с ограниченными возможностями здоровья принимаются на обучение в Организацию по АОП ДО только с согласия родителей (законных представителей), по заявлению и на основании рекомендаций (заключения) территориальной психолого-медико-педагогической комиссии (ТПМПК).

3.11. Образовательная деятельность для обучающихся, имеющих ограниченные возможности здоровья (далее ОВЗ), обеспечивается в группах компенсирующей /комбинированной направленности по утвержденному режиму, расписанию занятий, а также путем организации совместной деятельности в образовательных ситуациях, с учетом индивидуальных возможностей и рекомендаций специалистов.

3.12. Образовательный процесс проводится во время учебного года (с 1 сентября по 31 августа).

3.13. Во время летнего оздоровительного периода проводится совместная деятельность педагога с воспитанниками художественно-эстетической и физкультурно-оздоровительной направленности.

3.14. Продолжительность дневного сна в Организации, для детей 1,5 –3 года – не менее 3 часов, 4–7 лет – не менее 2,5 часа.

3.15. Продолжительность прогулок для детей до 7 лет составляет не менее 3 часов в день.

3. Режим занятий обучающихся

3.1. Образовательная программа Организации реализуется в течение всего времени пребывания обучающихся в Организации.

3.2. Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более:

- 10 мин. – от 1,5 до 3 лет;
- 15 мин. – для детей от 3 до 4 лет;
- 20 мин. – для детей от 4 до 5 лет;
- 25 мин. – для детей от 5 до 6 лет;
- 30 мин. – для детей от 6 до 7 лет.

3.3. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более:

- 20 мин. – от 1,5 до 3 лет;

- 30 мин. – для детей от 3 до 4 лет;
- 40 мин. – для детей от 4 до 5 лет;
- 50 мин. или 75 мин. при организации образовательного занятия после дневного сна – для детей от 5 до 6 лет;
- 90 мин. – для детей от 6 до 7 лет.

3.4. Начало занятий во всех возрастных группах, не ранее 08.00 и окончание занятий не позднее 17.00.

3.5. Продолжительность перерывов между занятиями, не менее 10 минут.

3.6. Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее 2 минут.

4. Режим занятий с применением электронных средств обучения

4.1. Занятия с использованием электронных средств обучения (далее ЭСО) в возрастных группах до 5 лет не проводятся.

4.2. При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет – 5 – 7 минут, Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях составляет:

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

4.3. Для обучающихся 5 – 7 лет продолжительность непрерывного использования:

- экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, составляет 5–7 минут.

4.4. После использования электронных средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце занятия — физические упражнения для профилактики общего утомления. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.

4.5. Высота подвеса экрана над полом должна быть не менее 1 м и не более 1,3 м. Показ диафильмов непосредственно на стене не допускается.

4.6. Для просмотра обучающих фильмов используют телевизоры с размером экрана по диагонали 59- 69 см. Высота их установки должна составлять 1-1,3 м. При просмотре телепередач детей располагают на расстоянии не ближе 2 – 3 м и не дальше 5 – 5,5 м от экрана. Стулья устанавливают в 4 – 5 рядов (из расчета на одну группу); расстояние между рядами стульев должно быть 0,5 – 0,6 м. Детей рассаживают с учетом их роста.

4.7. Экран телевизора должен быть на уровне глаз сидящего ребенка или чуть ниже. Если ребенок носит очки, то во время передачи их следует обязательно надеть.

4.8. Минимальная диагональ ЭСО должна составлять для монитора персонального компьютера и ноутбука – не менее 39,6 см, планшета – 26,6 см. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательных организациях не допускается.

5. Режим физического воспитания

5.1. Продолжительность физкультурных, физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий определяется с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

5.2. Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья. Суммарный объем двигательной активности для детей до 7 летнего возраста составляет не менее 1 часа.

5.3. 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 рисования и использования ЭСО.

5.4. Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

5.5. 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 проводятся в зале.

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

5.2. Занятия по физическому развитию проводятся:

– 3 раза в неделю в группе раннего возраста до 3 лет, длительность занятий –

не более 10 минут;

- 3 раза в неделю в младшей группе дошкольного возраста от 3 до 4 лет, длительность занятий – не более 15 минут;

- 3 раза в неделю в средней группе дошкольного возраста от 4 до 5 лет, длительность занятий – не более 20 минут;

- 3 раза в неделю в старшей группе от 5 до 6 лет и подготовительной группе дошкольного возраста от 6 до 7 лет, длительность занятий – не более 25 минут, не более 30 минут соответственно.

5.3. Один раз в неделю для детей 5 – 7 лет круглогодично организуются занятия 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. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях образовательная деятельность по физическому развитию организуется на открытом воздухе.

5.4. Продолжительность утренней зарядки для детей до 7 летнего возраста не менее 10 минут.

5.5. Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры. Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы Организации. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы – постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.