

ПРИНЯТО

**Педагогическим Советом
ГБДОУ детского сада № 11
Протокол № 1 от 29.08.2025г.**

УТВЕРЖДЕНО

**Заведующий ГБДОУ № 11
Невского района Санкт-Петербурга
О.П.Русакова
Приказ №103 от 30.08.2025г.**

**Объем образовательной нагрузки
В ГБДОУ №11 Невского района**

Режимные моменты	I младшая группа	II млад группа	Средняя группа	Старшая группа	Подгот. группа
Занятия	1,5 часа в нед., в первую и во вторую половину дня по 8-10 мин.	2 часа 45 мин в первую пол по 15 мин. занятие	4 часа по 20 мин занятие	6 часов 15 мин по 25 мин занятие в первую и во вторую (при необходимости) половину дня по 8-10 мин.	8 часов 30 мин по 30 мин. занятие
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к занятиям личная гигиена)	Не менее 3-4 часов	Не менее 3-4 часов	Не менее 3-4 часов	Не менее 3-4 часов	Не менее 3-4 часов
Сон	Не менее 3 часов	2,0 – 2,5 часа	2,0 – 2,5 часа	2,0 – 2,5 часа	2,0 – 2,5 часа
Прогулка	3 – 4 часов 2 раза в день в первую и во вторую половину дня	3 – 4 часов 2 раза в день в первую и во вторую половину дня	3 – 4 часов 2 раза в день в первую и во вторую половину дня	3 – 4 часов 2 раза в день в первую и во вторую половину дня	3 – 4 часов 2 раза в день в первую и во вторую половину дня