

Продолжительность образовательной нагрузки

Возраст ребенка, лет	Продолжительность, мин, не более	
	На одном занятии	В сутки
От 1,5 до 3	10	20
От 3 до 4	15	30
От 4 до 5	20	40
От 5 до 6	25	50 или 75, если одно занятие пройдет после дневного сна
От 6 до 7	30	90

Если в режиме дня занятия идут подряд, проверьте, чтобы между ними был перерыв – не менее 10 минут. Также проконтролируйте время начала и окончания занятий. Они должны начинаться не раньше 08:00, а заканчиваться не позднее 17:00 ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#)).