

**Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное
учреждение
«ДЕТСКИЙ САД № 1 «НАНА»
С. АЛЛЕРОЙ
НОЖАЙ-ЮРТОВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

**ПОЛОЖЕНИЕ
№**

**о режиме
занятий обучающихся
(воспитанников)**

с. Аллерой

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ
«Детский сад №1 «Нана»
с. Аллерой»
от 30.10.2025 №193

ПРИНЯТО
Педагогическим советом МБДОУ
«Детский сад №1 «Нана»
с. Аллерой»
(протокол от 30.10.2025 №1)

СОГЛАСОВАНО
Родительским комитетом МБДОУ
«Детский сад №1 «Нана»
с. Аллерой»
(протокол от 30.10.2025 №1)

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме дня и занятий обучающихся (воспитанников) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ ст.30 ч.2 «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция), Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20» «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Уставом ДОУ, ФГОС ДО от 17 октября 2013г. №1155, приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. №1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

2. Режим функционирования образовательного учреждения

2.1. ДОУ работает по 5-дневной рабочей неделе.

2.2. ДОУ функционирует в режиме полного дня: с 7.00. до 19.00. (12 часов).

2.3. В субботу, воскресенье и праздничные дни ДОУ не работает.

2.4. Содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования определяет образовательная программа дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 1 «Нана» с. Аллерой»

2.5. Занятия проводятся в соответствии с санитарно-гигиеническими правилами, возрастом воспитанников ДОУ и расписанием образовательной деятельности воспитателя с детьми, утвержденным заведующим образовательного учреждения.

3. Режим занятий обучающихся (воспитанников)

- 3.1. Режим занятий обучающихся (воспитанников) регулирует основные вопросы организации и осуществления образовательной деятельности в (приложение №1)
- 3.2. Организация образовательного процесса в ДОУ осуществляется в соответствии с образовательной программой дошкольного образования и с расписанием занятий.
- 3.3. Реализация образовательной программы дошкольного образования осуществляется в соответствии с учебным планом ДОУ, годовым календарным графиком ДОУ.
- 3.4. Занятия проводятся в соответствии с сеткой занятий, которая составляется в начале учебного года и утверждается руководителем ДОУ.
- 3.5. Для детей раннего возраста от 2 до 3 лет длительность 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.
- 3.6. Продолжительность 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, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.
- 3.7. 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 образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами образовательной деятельности - не менее 10 минут.
- 3.8. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.
- 3.9. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в

первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

- 3.10. Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах и другие. В объеме двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных образовательных организаций.

- 3.11. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 2 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- во второй группе раннего возраста - 10 мин.,
- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет следует круглогодично организовывать 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 образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

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

Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

- 3.13. Образовательная деятельность с детьми проводится воспитателями в групповых комнатах.

4. Режим дня воспитанников

4.1. Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию.

4.2. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 3 – 4 часа в день. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 15 м/с. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещение Учреждения.

4.3. Продолжительность дневного сна детей 2 - 2,5 часа, дневной сон организуют однократно. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.

4.4. Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня 3-4 часа.

4.5. Непрерывная длительность просмотра телепередач и диафильмов в младшей и средней группах – не более 20 минут, в старшей и подготовительной – не более 30 минут. Просмотр телепередач для детей дошкольного возраста допускается не чаще 2 раз в день (в первую и вторую половину дня)

4.6. Общественно-полезный труд детей проводится в форме самообслуживания, элементарного хозяйственно-бытового труда и труда на природе (сервировка столов, помощь в подготовке к занятиям). Его продолжительность не более 20 минут в день.

4.7. Приём пищи воспитанниками осуществляется 4 раза в день. Организация может самостоятельно принимать решение о наличии второго завтрака и ужина, руководствуясь следующими положениями СанПиН по питанию: При отсутствии второго завтрака калорийность основного завтрака должна быть увеличена на 5% соответственно.

4.8. При 12-часовом пребывании возможна организация, как отдельного полдника, так и «уплотненного» полдника с включением блюд ужина и с распределением калорийности суточного рациона 30%.

4.9. В приложении № 2 приведены примерные режимы дня для детей разного возраста при 12-часовом пребывании в образовательной организации, составленные с учетом Гигиенических нормативов, СанПиН по питанию. В распорядке учтены требования к длительности режимных процессов (сна, образовательной деятельности, прогулки), количеству, времени проведения и

длительности обязательных приемов пищи (завтрака, второго завтрака, обеда, полдника, ужина) (Приложение №1).

5. Ответственность

5.1. Администрация МБДОУ, педагоги несут ответственность за жизнь, здоровье детей, реализацию в полном объеме учебного плана, качество реализуемых образовательных программ, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям детей.

6. Заключительные положения

6.1. Настоящее Положение о режиме дня и занятий обучающихся (воспитанников) является локальным нормативным актом ДОУ, принимается на Педагогическом совете, согласовывается с Родительским комитетом и утверждаются (либо вводится в действие) приказом заведующего дошкольным образовательным учреждением.

6.2. Настоящее Положение действует до принятия нового.

6.3. Изменения в настоящее Положение могут вноситься ДОУ в виде «Изменений и дополнений в настоящее Положение».

Приложение № 1
к Положению о режиме
занятий обучающихся (воспитанников)

РАСПИСАНИЕ
образовательной деятельности (занятий)

| Группа | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|------------------------------|---|--|--|--|--|
| 2-ая раннего возраста | 1. Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 09.30 - 09.40 2. Художественно-эстетическое развитие (Музыка) 09.50 – 10.00 | 1. Познавательное развитие (МП) - 9.30-9.40; 2. Физическое развитие (физическая культура) 9.50-10.00 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Лепка) 09.30 - 09.40 2. Художественно-эстетическое развитие (Музыка) 09.50 – 10.00 | 1. Познавательное развитие (окр. мир/природа) 09.30 - 09.40 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.50 – 10.00 | 1. Речевое развитие (Развитие речи) 09.30 - 09.40 2. Физическое развитие (физическая культура на воздухе) 09.50 – 10.00 |
| Младшая | 1. Речевое развитие (Развитие речи) 09.20 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.45 – 10.00 | 1. Познавательное развитие (МП) 09.20 - 09.35 2. Художественно-эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.00 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Лепка/аппликация) 09.20 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура на воздухе) 09.45 – 10.00 | 1. Познавательное развитие (окружающий мир) 09.20 - 09.35 2. Художественно-эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.00 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 09.20 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.45 – 10.00 |
| Младшая | 1. Речевое развитие (Развитие речи) 09.20 - 09.35 2. Физическое развитие (Физкультура) 09.45 – 10.00 | 1. Познавательное развитие (МП) 09.20 - 09.35 2. Художественно-эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.00 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Лепка/аппликация) 09.20 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура на воздухе) 09.45 – 10.00 | 1. Познавательное развитие (окружающий мир/природа) 09.20 - 09.35 2. Художественно-эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.00 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 09.20 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.45 – 10.00 |
| Младшая | 1. Речевое развитие (Развитие речи) 09.20 - 09.35 2. Физическое развитие (Физкультура) 09.45 – 10.00 | 1. Познавательное развитие (МП) 09.20 - 09.35 2. Художественно-эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.00 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Лепка/аппликация) 09.20 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура на воздухе) 09.45 – 10.00 | 1. Познавательное развитие (окружающий мир/природа) 09.20 - 09.35 2. Художественно-эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.00 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 09.20 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.45 – 10.00 |
| Средняя | 1. Познавательное развитие (окруж. мир/природа) 09.15 - 09.35 | 1. Познавательное развитие (МП) 09.15 - 09.35 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Лепка/аппликация) 09.15 - 09.35 | 1. Речевое развитие (Развитие речи) 09.15 - 09.35 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 09.15 - 09.35 |

| | | | | | |
|----------------|--|--|---|--|--|
| | 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.45 – 10.05 | 2. Художественно - эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.05 | 2. Физическое развитие (физическая культура на воздухе) 09.45 – 10.05 | 2. Физическое развитие (Физкультура) 09.45 – 10.05 | 2. Художественно - эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.05 |
| Средняя | 1. Познавательное развитие (окруж. мир/природа) 09.15 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.45 – 10.05 | 1. Познавательное развитие (МП) 09.15 - 09.35 2. Художественно - эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.05 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Лепка/аппликация) 09.15 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура на воздухе) 09.45 – 10.05 | 1. Речевое развитие (Развитие речи) 09.15 - 09.35 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.45 – 10.05 | 1. Художественно - эстетическое развитие (Рисование) 09.15 - 09.35 2. Художественно - эстетическое развитие (Музыка) 09.45 – 10.05 |
| Старшая | 1. Познавательное развитие (окр. мир) 09.15 - 09.40 2. Речевое развитие (Развитие речи) 09.50 - 10.15 3. Физическое развитие (физическая культура) 16.00-16.25 | 1. Познавательное развитие (МП) 09.15 - 09.40 2. Художественно - эстетическое развитие (Музыка) 09.50 – 10.15 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Лепка/аппликация) 09.15 – 09.40 2. Физическое развитие (физическая культура на воздухе) 9.50 – 10.15 3. Художественно - эстетическое развитие (Рисование) 16.00 – 16.25 | 1. Познавательное развитие (природа) 09.15 – 09.40 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.50 – 10.15 | 1. Речевое развитие (Развитие речи) 09.15 – 09.40 2. Художественно - эстетическое развитие (Музыка) 09.50 – 10.15 3. Художественно - эстетическое развитие (Рисование) 16.00 – 16.25 |
| Старшая | 1. Познавательное развитие (окр. мир) 09.15 - 09.40 2. Речевое развитие (Развитие речи) 09.50 - 10.15 3. Физическое развитие (физическая культура) 16.00-16.25 | 1. Познавательное развитие (МП) 09.15 - 09.40 2. Художественно - эстетическое развитие (Музыка) 09.50 – 10.15 | 1. Художественно-эстетическое развитие (Лепка/аппликация) 09.15 – 09.40 2. Физическое развитие (физическая культура на воздухе) 9.50 – 10.15 3. Художественно - эстетическое развитие (Рисование) 16.00 – 16.25 | 1. Познавательное развитие (природа) 09.15 – 09.40 2. Физическое развитие (физическая культура) 09.50 – 10.15 | 1. Речевое развитие (Развитие речи) 09.15 – 09.40 2. Художественно - эстетическое развитие (Музыка) 09.50 – 10.15 3. Художественно - эстетическое развитие (Рисование) 16.00 – 16.25 |

Приложение № 2
к Положению о режиме
занятий обучающихся (воспитанников)

**РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период.**

| Режимные моменты | Вт. группа раннего возраста | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа |
|---|--|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| Возрастные группы | | | | |
| Утренний прием, осмотр, игры, термометрия. | 7.00-8.20 | 7.00-8.20 | 7.00-8.20 | 7.00-8.20 |
| Утренняя гимнастика | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30–9.00 | 8.30–9.00 | 8.30–9.00 | 8.30–9.00 |
| Утренний круг. Игры, подготовка к занятиям | 9.00-9.30 | 9.00-9.20 | 9.00-9.15 | 9.00-9.15 |
| Образовательная деятельность (занятия) включая физминутку в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.30-10.00 | 9.20-10.00 | 9.15-10.05 | 9.15-10.15 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность по выбору и интересам. | 10.00-12.00 | 10.00-12.00 | 10.05-12.00 | 10.15-12.00 |
| Второй завтрак | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 |
| Подготовка к обеду. Обед. | 12.00-12.30 | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 12.30-15.30 | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 |
| Подготовка к уплотненному полднику. Уплотненный полдник. | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 |
| Образовательная деятельность (по расписанию), совместная деятельность (кружковая деятельность, общение со специалистами), чтение художественной литературы. | 16.00 - 16.10 | 16.00-16.15 | 16.00-16.20 | 16.00-16.25 |
| Вечерний круг | 16.10-16.20 | 16.15-16.25 | 16.20-16.30 | 16.25-16.35 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность | 16.20-18.00 | 16.25-18.00 | 16.30-18.00 | 16.35-18.00 |
| Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей. Уход домой. | 18.00-19.00 | 18.00-19.00 | 18.00-19.00 | 18.00-19.00 |

РЕЖИМ
на летний оздоровительный период

| РЕЖИМ ДНЯ | Вт. группа раннего возраста | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа |
|--|---|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| Прием детей на улице(осмотр детей, термометрия, игры) | 7.00- 8.20 | 7.00- 8.20 | 7.00- 8.20 | 7.00-8.20 |
| Утренняя гимнастика (Упражнения со спортивным инвентарем и без него) | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи | 8.30 – 9.00 | 8.30 – 9.00 | 8.30 - 9.00 | 8.30–9.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 9.00-9.30 | 9.00-9.15 | 9.00-9.15 | 9.00-9.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки | 9.30-12.00 (в игровой форме по подгруппам) | 9.15-12.00 | 9.15-12.00 | 9.15-12.00 |
| Второй завтрак | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 |
| Обед | 12.00-12.30 | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 12.30-15.30 | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 |
| Подготовка к уплотненному полднику. Уплотненный полдник. | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей | 17.00-18.30 | 17.00-18.30 | 17.00-18.30 | 17.00-18.30 |
| Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей. Уход домой. | 18.30-19.00 | 18.30-19.00 | 18.30-19.00 | 18.30-19.00 |