

Принято  
Педагогическим советом  
МБДОУ №22 г.Шахты  
Протокол №3 от 27.03.2026 г.

Утверждаю,  
заведующий  
МБДОУ №22 г.Шахты  
И.Ю.Землянская  
Приказ № 32 от 27.03.2026 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий обучающихся  
муниципального бюджетного дошкольного учреждения  
г.Шахты Ростовской области «Детский сад №22»**

1. Общие положения.

1.1. Настоящее Положение разработано для муниципального бюджетного дошкольного учреждения г.Шахты Ростовской области «Детский сад №22» в соответствии с:

- Федеральным законом Российской организации «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012г. №273-ФЗ);
- ФГОС ДО (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. №1155);

- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020г. №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам- образовательным программам дошкольного образования» (с изменениями) (далее – Порядок);

- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПин 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Уставом МБДОУ № 22 г.Шахты;

- другими нормативно-правовыми актами по вопросам образования, социальной защиты прав и интересов воспитанников.

1.2. Настоящее Положение регулирует организацию режима занятий в группах, функционирующих в ДОУ.

1.3. Положение регламентирует режим занятий воспитанников ДОУ.

2. Цель и задачи режима занятий

2.1. Основная цель:

- Сохранение физического и психического здоровья ребенка при организации образовательного процесса. Задачи: - соблюдение гигиенических норм и требований к организации жизнедеятельности в ДОУ;



- обеспечение гармоничного развития воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями; - построение индивидуального режима дня каждого воспитанника в период адаптации воспитанников к ДОУ.

### 3. Режим функционирования ДОУ

- 3.1. Дошкольное образовательное учреждение работает по 5-ти дневной рабочей неделе.
- 3.2. Режим работы с 7-00 до 18-00.
- 3.3. В субботу, воскресенье и праздничные дни ДОУ не работает.
- 3.4. Образовательный процесс осуществляется в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования ДОУ.
- 3.5. Занятия проводятся в соответствии с санитарно-гигиеническими правилами и возрастом воспитанников, системами непрерывной образовательной деятельности, утвержденным приказом заведующего.

### 4. Система занятий и учебной нагрузки воспитанников.

- 4.1. Занятия начинаются в соответствии с режимом дня и системами занятий.
- 4.2. Для детей групп раннего возраста от 1 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.
- 4.3. Продолжительность непрерывной 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.
- 4.4. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня для детей 3-4 лет не превышает 30 минут, для детей 4-5 лет не превышает 40 минут соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.
- 4.5. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется в первую половину дня. Её продолжительность в период должна составлять не более 25 минут для детей 5-6 лет и 30 минут в период для детей 6-7 лет. Таких периодов допускается 2-3 в день, в соответствии с системой занятий. В середине непрерывной образовательной деятельности статистического характера проводятся физкультурные минутки.
- 4.6. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать во вторник, среду и четверг. Для профилактики утомления детей рекомендуется чередовать проведение занятий, требующую статического напряжения с занятиями по физическому и музыкальному воспитанию.



- 4.7. Образовательный процесс проводится во время учебного года.
- 4.8. Летняя - оздоровительная работа продолжается с 01 июня по 31 августа.  
В летний оздоровительный период НОД осуществляется в образовательной области «Физическое развитие» и в области «Художественно-эстетического развития» в направлении «Музыкальное воспитание».
- 4.9. Образовательная деятельность по физическому развитию осуществляется во всех возрастных группах 3 раза в неделю, из них один раз в неделю на улице. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.
- 4.10. Учебный год продолжается с 1 сентября по 31 мая.
- 4.11. В середине учебного года в январе для детей организуются недельные каникулы, во время которых непрерывная образовательная деятельность не проводится.
- 4.12. Конкретный режим посещения ребенком детского сада устанавливается договором об образовании, заключаемом между ДОУ и родителями (законными представителями) ребёнка.
- 4.13. Самостоятельная деятельность воспитанников в режиме дня:
- 4.13.1. На самостоятельную деятельность воспитанников 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.
- 4.13.2. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования воспитанников 3 - 7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.
- 4.13.3. Общественно-полезный труд воспитанников старшего возраста проводится в форме самообслуживания (дежурство по столовой, помощь в подготовке к занятиям, уход за растениями и др.). Его продолжительность не должна превышать 20 мин. в день.
- 4.14. Режим питания.
- 4.14.1. Прием пищи устанавливается по строго отведенному времени. В ДОУ организуется четырехразовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник).
- 4.14.2. Для обеспечения преемственности питания родителей (законных представителей) информируют об ассортименте питания воспитанников, вывешивая ежедневное меню за время его пребывания в ДОУ.
- 4.14.3. Питьевой режим организуется во всех группах.
- 4.15. Прогулки.
- 4.15.1. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15° С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину



дня – до обеда и во вторую половину – после дневного сна или перед уходом воспитанников домой.

4.15.2. Во время прогулки с воспитанниками проводятся игры, физические упражнения, наблюдения, экскурсии, индивидуальная работа. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением воспитанников в помещение дошкольного образовательного учреждения. В летнее время продолжительность прогулки увеличивается до 6 часов.

4.16. Дневной сон.

4.16.1. Общая продолжительность суточного сна для воспитанников дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Для воспитанников от 2 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов.

4.16.2. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур.

4.16.3. Воспитанников, которые долго засыпают и чутко спят, рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними.

4.16.4. Во время сна в группе обязательно должен присутствовать воспитатель (или помощник воспитателя), который несет ответственность за гигиену сна, охрану жизни и здоровья воспитанников во время сна.

4.16.5. После дневного сна ежедневно организуются пробуждающая зарядка и закаливающие процедуры.

4.17. Занятия повышенной умственной активности для воспитанников дошкольного возраста (развитие речи, формирование элементарных математических представлений и др.) проводятся в группе воспитателем. Музыкальное воспитание в музыкальном зале проводят музыкальные руководители, физкультура – в спортивном зале, проводят инструктора по физической культуре. В теплый период года занятия проводятся на территории участка детского сада.

4.18. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом группы здоровья, возраста воспитанников и времени года. Используются формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, логоритмика 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 воспитанников, времени года и режима работы ДОУ.

4.18.1 Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для воспитанников в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста воспитанников и составляет: - в младшей группе –



10-15 мин., - в средней группе - 20 мин., - в старшей группе - 25 мин., - в подготовительной группе - 30 мин. Один раз в неделю для воспитанников 5 - 7 лет рекомендуется круглогодично организовывать занятия по физическому развитию воспитанников на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у воспитанников медицинских противопоказаний и при наличии у воспитанников спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.



4.18.2 Для достижения достаточного объема двигательной активности воспитанников необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений и других форм. Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья воспитанников при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

Срок действия положения: до изменения нормативных документов.