

**Федеральное государственное казенное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Звездочка» войск национальной гвардии Российской Федерации»  
364013 Чеченская Республика, г. Грозный, ул. Абузара Айдамирова, д. 318,  
в/ч 3025 E-mail: sadmvdrf@mail.ru**

СОГЛАСОВАНО:  
Педагогическим советом  
ФГКДОУ «Звездочка»  
войск национальной гвардии  
Российской Федерации  
протокол №1 от 27 августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНО:  
приказом ФГКДОУ  
«Звездочка» войск  
национальной гвардии  
Российской Федерации  
от 28.08.2025 г. №126

**Режим занятий воспитанников  
ФГКДОУ «Звездочка» войск национальной гвардии  
Российской Федерации**

**1. Общие положения**

1.1. Режим занятий воспитанников ФГКДОУ «Звездочка» войск национальной гвардии Российской Федерации 1 (далее — ДОУ) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28, СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2, приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования», уставом ДОУ.

1.2. Основные образовательные программы дошкольного образования реализуются в ДОУ в соответствии с расписанием образовательной деятельности, с учетом режима работы ДОУ 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 и одного дня, особенности организации

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

## **2. Режим работы ДОУ и групп**

2.1. Режим работы ДОУ: пятидневная рабочая неделя. Выходные дни — суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни.

2.2. Дошкольные группы в ДОУ функционируют в режиме полного дня (12-часового пребывания) — с 7 ч 00 мин. до 19 ч 00 мин.;

## **3. Режим занятий воспитанников**

3.1. Образовательная программа дошкольного образования реализуется в группах, функционирующих в режиме не менее 3 часов в день. Образовательная программа дошкольного образования может реализовываться в течение всего времени пребывания воспитанника в ДОУ.

3.2. Продолжительность одного образовательного занятия составляет не более:

15 мин. — для детей от трех до четырех лет;

20 мин. — для детей от четырех до пяти лет;

25 мин. — для детей от пяти до шести лет;

30 мин. — для детей от шести до семи лет.

3.3. Продолжительность суммарной образовательной нагрузки в течение дня составляет не более:

30 мин. — для детей от трех до четырех лет;

40 мин. — для детей от четырех до пяти лет;

50 мин. или 75 мин. при организации образовательного занятия после дневного сна — для детей от пяти до шести лет;

90 мин. — для детей от шести до семи лет.

3.4. Занятия для всех возрастных групп начинаются не ранее 8.00 и заканчиваются не позже 17.00.

3.5. Во время занятий воспитатели проводят соответствующие физические упражнения.

3.6. Перерывы между занятиями составляют не менее 10 мин.

## **4. Режим занятий с применением электронных средств обучения**

4.1. Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от пяти лет и старше.

4.2. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях составляет:

Электронное средство обучения	Возраст воспитанника	Продолжительность, мин., 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 воспитанников 5-7 лет продолжительность непрерывного использования:

— экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками, составляет 5–7 минут;

— наушников составляет не более часа. Уровень громкости устанавливается до 60 процентов от максимальной.

4.4. Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз.

## 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. Занятия физической культурой и спортом, подвижные игры проводятся на открытом воздухе, если позволяют показатели метеорологических условий (температура, относительная влажность и скорость движения воздуха) и климатическая зона. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в физкультурном зале.

Утверждено:  
приказом  
ФГКДОУ «Звездочка»  
войск национальной гвардии  
Российской Федерации  
от 28.08.2025г. №126

## РЕЖИМ ДНЯ

### Холодный период

Режимные моменты	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность утренняя гимнастика,	7.00 - 8.20 8.20 - 8.30	7.00 - 8.20 8.20 - 8.30	7.00 - 8.20 8.20 - 8.30	7.00 - 8.20 8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00
Игры, подготовка к образовательной деятельности	9.00 - 9.20			
Организованная образовательная деятельность (2)	9.20 - 9.35	9.00 - 9.20	9.00 - 9.25	9.00 - 9.30
Организованная образовательная деятельность (3)	9.45 - 10.00	9.30 - 9.50	9.35 - 10.00 16.00 - 16.25	9.40 - 10.10 16.00 - 16.30
Подготовка к 2 завтраку, завтрак	10.00 - 10.20	10.00 - 10.20	10.00 - 10.20	10.10 - 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (Физкультурное занятие на воздухе)	10.20 - 12.00	10.20 - 12.00	10.20 - 12.00	10.30 - 12.00
Возвращение с прогулки подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.20 12.20 - 12.50	12.10 - 12.30 12.30 - 13.00	12.20 - 12.30 12.30 - 13.00	12.00 - 12.30 12.30 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 - 15.00	13.00 - 15.00	13.00 - 15.00	13.10 - 15.00
Подъем, воздушные и водные процедуры игры	15.00 - 15.20	15.00 - 15.20	15.00 - 15.20	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 - 15.50	15.20 - 15.50	15.20 - 15.50	15.20 - 15.50
Игры, труд, самостоятельная деятельность, досуги, развлечения (в некоторых группах организованная образовательная деятельность во 2 половину дня)	15.50 - 16.50	15.50 - 16.50	15.50 - 16.50	15.50 - 16.50
Подготовка к ужину, ужин,	16.50 - 17.30	16.50 - 17.30	16.50 - 17.30	16.50 - 17.30
Игры, подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 - 19.00	17.30 - 19.00	17.30 - 19.00	17.30 - 19.00

Режим дня во всех возрастных группах детей рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОУ и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОУ, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОУ. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Утверждено:  
приказом  
ФГКДОУ «Звездочка»  
войск национальной гвардии  
Российской Федерации  
от 28.08.2025г. №126

### Теплый период

Режимные моменты	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность утренняя гимнастика	7.00 - 8.15	7.00 - 8.15	7.00 - 8.15	7.00 - 8.15
	8.15 - 8.30	8.15 - 8.30	8.15 - 8.30	8.15 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50	8.25 - 8.50	8.30 - 8.50	8.30 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00
Образовательная деятельность	09.00-9.50	09.00-9.50	09.00-9.50	09.00-9.50
Второй завтрак	9.50 -10.00	9.50 -10.00	9.50 -10.00	9.50 -10.00
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.00 - 12.00	10.00 - 12.00	10.00 -12.00	10.00 - 12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	12.00 -12.50	12.00 -12.50	12.00 -12.50	12.00 - 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон, Подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.50 -15.30	12.50 -15.30	12.50 -15.30	12.50 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00	15.30– 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Игры, хозяйственно-бытовой труд, самостоятельная деятельность, досуги, развлечения в Центрах активности и на улице	16.00 - 17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00 -17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.00 -17.30	17.00 -17.30	17.00 -17.30	17.00 -17.30
Игры, подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой, прогулка под присмотром родителей	17.30 -19.00	17.30-19.00	17.30 - 19.00	17.30 - 19.00

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную длительность ежедневного пребывания детей на свежем воздухе.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.