

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка – детский сад № 4»

---

ПРИНЯТ:  
на заседании педагогического совета  
МБДОУ «Црр – д/с № 4»  
(протокол от 31.01.2025 г.)

УТВЕРЖДАЮ:  
И.о. директора МБДОУ «Црр – д/с № 4»  
Истратова М.А.  
(приказ от 31.01.2025 г. № 07-а)  
МП

**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ И УЧЕБНОЙ НАГРУЗКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**  
**муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения**  
**«Центр развития ребенка – детский сад № 4»**  
**на 2024–2025 учебный год**

СОГЛАСОВАН:  
с учетом мнения Совета родителей  
протокол № 1 от 31.01.2025 г.

Тула  
2025

## **I. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий и учебной нагрузки воспитанников (далее Режим) разработан для муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка - детский сад № 4» (далее МБДОУ «Црр-д/с № 4») в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023), ФГОС дошкольного образования, утвержденным приказом Минобрнауки России №1155 от 17.10.2013г; Приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25.11.2022 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»; Конвенцией ООН о правах ребенка; Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"; Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"; Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.12.2020 № 39 СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», Уставом МБДОУ «Црр-д/с № 4», Образовательной программой МБДОУ «Црр-д/с № 4», адаптированной программой МБДОУ «Црр-д/с № 4» и определяет режим образовательного процесса и защиту прав воспитанников МБДОУ «Црр-д/с № 4».

1.2. Введение настоящего Режима имеет целью способствовать регулированию организации и осуществления образовательной деятельности по образовательной программе, в том числе особенности организации образовательной деятельности для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья, регламентирует требования к организации непрерывной образовательной деятельности (далее - НОД) воспитанников, и содержит информацию о сроках начала и окончания учебного года, продолжительности учебного года, учебной недели, учебного дня, периодичность и продолжительность учебных занятий в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Центр развития ребенка - детский сад № 4».

1.3. Соблюдение Режима обеспечивает комфортное пребывание детей в МБДОУ «Црр-д/с № 4», способствует их гармоничному развитию.

1.4. Настоящий Режим находится в каждой возрастной группе МБДОУ «Црр-д/с № 4» и размещается на информационных стендах.

1.5. Настоящий Режим утверждается директором МБДОУ «Црр-д/с № 4», принимается педагогическим советом и является локальным нормативным актом, регламентирующим деятельность МБДОУ «Црр-д/с № 4».

### **I. Порядок организации образовательной деятельности (режим занятий и учебной нагрузки воспитанников)**

1.1. Режим работы образовательного учреждения (возрастных групп) и длительность пребывания в образовательном учреждении воспитанников определяется Уставом МБДОУ «Црр - д/с № 4».

Режим работы образовательного учреждения по адресам:

г. Тула, п. Косая Гора, ул. М. Горького, д.21 - с понедельника по пятницу с 6.30 до 18.30 часов.

г. Тула, п. Косая Гора, ул. М. Горького, д.21 - с понедельника по пятницу с 07.00 до 19.00 часов.

г. Тула, п. Косая Гора, ул. Луговая, д.10 - с понедельника по пятницу с 6.30 до 18.30 часов.

Выходные дни: суббота, воскресенье и праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

1.2. Расписание НОД составлено на 2024-2025 учебный год с учетом реализации обязательной части ОП ДО и части, формируемой участниками образовательных отношений, в соответствии с Учебным планом, приоритетными направлениями образовательной деятельности и спецификой осуществления образовательного процесса МБДОУ «Црр - д/с № 4».

- 1.3. Продолжительность учебного года: с 01 сентября по 31 мая.
- 1.4. Распределение учебной нагрузки в течение недели регламентируется расписанием НОД на 2024-2025 учебный год
- 1.5. Продолжительность учебного года составляет 37 недель.
- 1.6. Продолжительность летнего оздоровительного периода: с 01 июня по 31 августа.
- 1.7. Продолжительность учебной недели: 5 дней.
- 1.8. Единицей измерения учебного времени и формой организации НОД является занятие.
- 1.9. Расписание НОД учитывает допустимые нагрузки, установленные санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 1.2.3685-21 (продолжительность периодов НОД; количество периодов НОД в течение дня; распределение периодов НОД в течение дня (в первую и вторую половину дня); перерывы между периодами НОД):
  - для детей группы раннего возраста (от 1,5 до 2 лет) длительность НОД составляет от 4 минут до 8-10 мин, 1 занятие - в первой половине дня, 1 занятие - во второй. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей от 1 года 6 месяца до 2-х лет - не более 1 час 40 минут.
  - для детей группы раннего возраста (от 2 до 3 лет) длительность НОД составляет не более 10 мин, 1 занятие - в первой половине дня, 1 занятие - во второй. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей от 2-х до 3-х лет- 1 час 40 минут.
  - для детей младшей группы (от 3 до 4 лет) длительность НОД составляет не более 15 минут, занятия проводятся в первой половине дня. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей от 3-х до 4-х лет - 2 часа 30 минут.
  - для детей средней группы (от 4 до 5 лет) длительность НОД составляет не более 20 минут, занятия проводятся в первой половине дня. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей от 4-х до 5-ти лет - 3 часа 20 минут.
  - для детей старшей группы (от 5 до 6 лет) длительность НОД составляет не более 25 минут, 2 занятия - в первой половине дня, 1 занятие - во второй. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей от 5-ти до 6-ти лет - 6 часов 15 минут.
  - для детей подготовительной к школе группы (от 6 до 7 лет) длительность НОД составляет не более 30 минут, 3 занятия в день в первой половине дня. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей от 6-ти до 7- ми лет - 8 часов 30 мин.
- 1.10. В середине времени, отведенного на НОД, в целях реализации здоровьесберегающего подхода при организации образовательного процесса в середине НОД статического характера - проводятся физкультурные минутки. Перерывы между периодами НОД - не менее 10 минут.
- 1.11. НОД, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первой половине дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей.

Для профилактики утомления детей НОД, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения, сочетается с НОД по физической культуре, музыкальному воспитанию, художественно-эстетическому развитию.
- 1.12. В соответствии с СанПиН 1.2.3685-21 физкультурные занятия для дошкольников проводят 2 раза в неделю.

"Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) и рекомендациями Роспотребнадзора по организации работы образовательных организаций в условиях сохранения рисков распространения COVID-19 п.10 «С учетом погодных условий максимально организуется проведение занятий на открытом воздухе. Использовать открытую спортивную площадку для занятий физической культурой, сократив количество

занятий в спортивном зале» проводится:

- с детьми первой группы раннего возраста (от 1 года 6 месяцев до 2 лет) - не более 10 мин., 2 раза в неделю, в групповом помещении.
  - с детьми второй группы раннего возраста (от 2 до 3 лет) - не более 10 мин., 3 раза в неделю, в групповом помещении или в физкультурном (музыкально-физкультурном) зале.
  - с детьми младшей группы (от 3 до 4 лет) - 15 мин., 2 раза в неделю в групповом помещении или в физкультурном (музыкально-физкультурном) зале
  - с детьми средней группы (от 4 до 5 лет) - 20 мин., 2 раза в неделю в физкультурном (музыкально-физкультурном) зале
  - с детьми старшей группы (от 5 до 6 лет) - 25 мин., 2 раза в неделю.
  - с детьми подготовительной группы (от 6 до 7 лет) - 30 мин., 3 раза в неделю, из них: в физкультурном (музыкально-физкультурном) зале - 2 занятия, на открытом воздухе - 1 занятие.
- 1.13. Занятия по физическому развитию с детьми 5-7 лет на открытом воздухе проводятся только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.
- 1.14. Для детей группы раннего возраста (от 2 до 3 лет) устанавливается адаптационный период в течение первых двух недель сентября, с учетом психофизических особенностей и состояния здоровья воспитанников.
- 1.15. В летний оздоровительный период (с 1 июля по 31 августа) осуществляется совместная образовательная деятельность эстетического и оздоровительного циклов: музыкальные, физкультурные, рисование, спортивные и подвижные игры, праздники, экскурсии, развлечения и др.
- 1.16. При благоприятных метеорологических условиях максимально организуется пребывание детей на свежем воздухе, занятия проводятся на открытом воздухе на игровых площадках во время прогулки. Усиливается педагогическая работа по гигиеническому воспитанию дошкольников и их родителей (законных представителей), обеспечивается контроль соблюдения правил личной гигиены дошкольниками.
- 1.17. Формы работы физкультурно-оздоровительного и художественно-эстетического цикла должны занимать в расписании НОД не менее 50% общего времени реализуемой ОП ДО МБДОУ «Црр - д/с № 4».

**Режим дня в холодный период - с 1 сентября по 31 мая  
в МБДОУ «Црр - д/с № 4» (по адресам: г. Тула, п. Косая Гора, ул. М. Горького д.21,  
г. Тула, п. Косая Гора, ул. Луговая, д.10)**

Режимные моменты	Возрастные группы				
	Группа раннего возраста (для детей 1 год 6 мес.-3 лет)	Младшая группа (для детей 3-4 лет)	Средняя группа (для детей 4-5 лет)	Старшая группа (для детей 5-6 лет)	Подготовительная к школе группа (для детей 6-7 лет)
Прием детей, осмотр, свободная игра	6.30-7.50	6.30-8.00	6.30-8.00	6.30-8.10	6.30-8.00
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30-8.40
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности	8.00-8.30	8.00-8.30	8.00-8.10	8.10-8.20	8.00-8.30
Утренний круг. Самостоятельная		8.30-8.40	8.20-8.30	8.20-8.35	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.30-9.00	8.40-9.00	8.30-9.00	8.35-9.00	8.40-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-9.10 9.20-9.30	9.00-9.40	9.00-10.05	9.00-10.25	9.00-11.00
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.05-10.15	10.05-10.10	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность.	9.30-9.40	10.10-10.30	10.15-10.30	10.25-10.35	11.00-11.05
Прогулка	9.40-11.30	10.30-12.20	10.30-12.20	10.35-12.30	11.05-12.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.30-12.00	12.20-13.00	12.20-13.00	12.30-13.00	12.35-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровите льные процедуры. Самостоятельная деятельность, игры	15.00-15.30	15.30-15.40	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45

Подготовка к «уплотненному» полднику, полдник с включением блюд ужина	15.30-16.00	15.40-16.00	15.45-16.05	15.45-16.00	15.45-16.00
Непрерывная образовательная деятельность (подготовка и проведение игры-занятия, кружки, занятия со специалистами, совместная образовательная деятельность взрослого и детей)	16.00-16.10 16.20-16.30			16.00-16.55	16.00-17.00
Самостоятельная деятельность, игры,	16.30-16.50	16.00-17.00	16.05-17.00	16.00-17.00 В отсутствии НОД	16.00-17.00 В отсутствии НОД
Чтение художественной литература	16.50-17.00	16.05-16.20	16.05-16.25	16.00-16.25 В отсутствии НОД	16.00-16.30 В отсутствии НОД
Вечерний круг	-	16.20-16.30	16.25-16.35	16.25-16.35	16.40-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная/совместная деятельность, уход домой	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30

**Режим дня в теплый период года - с 1 июня по 31 августа**

**МБДОУ «Црр - д/с № 4» (по адресам: г. Тула, п. Косая Гора, ул. М. Горького д.21 и г. Тула п. Косая Гора, ул. Луговая, д. 10)**

Режимные моменты	Возрастные группы				
	Группа раннего возраста (для детей 1,6 -3 года)	Младшая группа (для детей 3-4 года)	Средняя группа (для детей 4-5 лет)	Старшая группа (для детей 5-6 лет)	Подготовительная к школе группа (для детей 6-7 лет)
Приём детей на свежем воздухе. Общение с детьми, чтение художественной литературы, познавательно - исследовательская деятельность, самостоятельная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми (на свежем воздухе)	6.30-8.05	6.30-8.00	6.30-8.00	6.30-8.10	6.30-8.30

Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.50-8.00	8.00-8.10	8.20-8.30	8.30-8.40
Самостоятельная деятельность, игры	8.25-9.00	8.00-8.20	8.10-8.30	8.20-8.40	8.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.05-8.25	8.20-8.40	8.30-8.45	8.40-9.00	8.40-9.00
Утренний круг. Самостоятельная деятельность, игры	9.00-9.15	8.40-9.15	8.45-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
Второй завтрак	9.15-9.20	9.15-9.25	9.20-9.25	9.25-9.30	9.30-9.35
Подготовка к прогулке,	9.20-9.30	9.25-9.35	9.25-9.35	9.30-9.40	9.35-9.40
Прогулка	9.30-11.30	9.35-12.10	9.35-12.20	9.40-12.30	9.40-12.40
Самостоятельная деятельность, спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии, игровая деятельность, познавательно-исследовательская деятельность, самостоятельная деятельность детей Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.30-12.00	12.10-13.00	12.20-13.00	12.30-13.00	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.15	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Чтение художественной литературы	15.45-15.55	15.40-15.55	15.40-16.00	15.40-16.05	15.40-16.10
Самостоятельная деятельность, игры	15.15-16.20	15.40-16.00	15.40-16.05	15.40-16.35	15.40-16.15
Вечерний круг	-	16.00-16.10	16.20-16.30	16.25-16.35	16.30-16.40
Подготовка к «уплотненному» полднику, полдник с включением	15.25-16.00	15.40-16.00	15.45-16.05	15.45-16.00	15.45-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная/совместная	16.20-18.30	16.25-18.30	16.30-18.30	16.35-18.30	16.40-18.30

**Режим дня в холодный период - с 1 сентября по 31 мая  
в МБДОУ «Црр - д/с № 4» (по адресу: г. Тула, п. Косая Гора, ул. М. Горького, д. 25)**

Режимные моменты	Возрастные группы		
	Младшая (3 – 4 лет)	Старшая комбинированная группа (для детей 5-6 лет)	Подготовительная к школе группа (для детей 6-7 лет)
Прием детей, осмотр, свободная игра	7.00-7.50	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	8.00-8.10	8.30-8.40
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности	8.00-8.30	8.10-8.20	8.00-8.30
Утренний круг. Самостоятельная деятельность,		8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.30-9.00	8.30-9.00	8.40-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-9.10 9.20-9.30	9.00-10.05	9.00-11.00
Второй завтрак	10.00-10.10	10.05-10.15	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность.	9.30-9.40	10.15-10.30	11.00-11.05
Прогулка	9.40-11.30	10.30-12.20	11.05-12.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.30-12.00	12.20-13.00	12.35-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры. Самостоятельная деятельность, игры	15.00-15.30	15.30-15.45	15.30-15.45
Подготовка к «уплотненному» полднику, полдник с включением блюд ужина	15.30-16.00	15.45-16.05	15.45-16.00

Непрерывная образовательная деятельность (подготовка и проведение игры-занятия, кружки, занятия со специалистами, совместная образовательная деятельность взрослого и детей)	16.00-16.10 16.20-16.30		16.00-17.00
Самостоятельная деятельность, игры,	16.30-16.50	16.05-17.00	16.00-16.40 В отсутствии НОД
Чтение художественной литература	16.50-17.00	16.05-16.25	16.00-16.30 В отсутствии НОД
Вечерний круг	-	16.25-16.35	16.40-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная/совместная деятельность, уход домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

**Режим дня в теплый период - с 1 июня по 31 августа  
в МБДОУ «Црр - д/с № 4»  
(по адресу: г. Тула, п. Косая Гора, ул. М. Г орького, д. 25)**

Режимные моменты	Возрастные группы		
	Младшая группа (3 – 4 лет)	Старшая комбинированная группа (для детей 5-6 лет)	Подготовительная к школе группа (для детей 5-7 лет)
Приём детей на свежем воздухе. Общение с детьми, чтение художественной литературы, познавательно - исследовательская деятельность, самостоятельная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми (на свежем воздухе)	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	8.00-8.10	8.30-8.40
Самостоятельная деятельность, игры	8.25-9.00	8.10-8.30	8.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.00-8.25	8.30-8.45	8.35-9.00
Утренний круг. Самостоятельная деятельность, игры	9.00-9.10	8.45-9.20	9.00-9.30
Второй завтрак	9.10-9.20	9.20-9.25	9.30-9.35

Подготовка к прогулке,	9.20-9.30	9.25-9.35	9.35-9.40
Прогулка	9.30-11.20	9.35-12.20	9.40-12.40
Самостоятельная деятельность, спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии, игровая деятельность, познавательная-исследовательская деятельность, самостоятельная деятельность детей Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.20-12.00	12.20-13.00	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.20	15.30-15.40	15.30-15.40
Чтение художественной литературы	15.45-15.55	15.40-16.00	15.40-16.10
Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.30	15.40-16.05	15.40-16.15
Вечерний круг	-	16.20-16.30	16.30-16.40
Подготовка к «уплотненному» полднику, полдник с включением	15.20-15.45	16.05-16.20	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная/совместная	16.30-19.00	16.30-19.00	16.40-19.00

## **II. Заключительные положения**

- 2.1. Действие настоящего Режима распространяется на все возрастные группы МБДОУ «Црр-д/с № 4»
- 2.2. Внесение изменений и дополнений в Режим, осуществляется на основании соответствующих решений органов самоуправления МБДОУ «Црр-д/с № 4», Приказом директора МБДОУ «Црр - д/с № 4».