



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 29
ПУШКИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Общим собранием работников
ГБДОУ детский сад № 29
Пушкинского района
Санкт-Петербурга

Протокол №1 от 15.03.2021

УТВЕРЖДЕНО

Заведующим ГБДОУ
детский сад № 29
Пушкинского района
Санкт-Петербурга

М.В. Мирошниченко
Приказ №10 от 15.03.2021



Режим дня

**Государственного бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детский сад № 29 Пушкинского района Санкт-
Петербурга на 2021–2022 учебный год**

2021 г

Пояснительная записка к режиму дня

**Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 29 Центрального района Санкт-Петербурга на 2021–2022 учебный
год.**

Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное

чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

Организация жизни детей в ДООУ опирается на 12-часовое пребывание ребенка в дошкольном учреждении. Режим дня в детском саду соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-6 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3-4 часов. Прогулка проводится 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - перед уходом детей домой.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста должна составлять 12-12,5 часа, из которых 2-2,5 часа отводится дневному сну. Для детей от 2 до 3 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов.

Самостоятельная деятельность детей 3-6 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 2-3 лет – не более 10 минут, от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут для детей от 6-7 лет не более 30 минут.

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 и 60 минут соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25 минут день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультминутки. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня.

Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п. Для осуществления комфортного пребывания детей в дошкольном учреждении существует режим дня, который отвечает возрастным требованиям и особенностям воспитанников. Так как образовательное учреждение имеет воспитанников от 1,5 лет до 7 лет, то организация режима пребывания детей в группах отличается и отвечает особенностям развития детей определенного возраста.

Режим организации жизнедеятельности детского сада определен:

- в соответствии с возрастными возможностями детей разного возраста;
- на основе соблюдения баланса между разными видами активности детей;
- особенностями организации гибкого режима пребывания детей в детском саду

с учетом социального заказа родителей и нормативно-правовых требований корганизации режима деятельности ГБДОУ.



**Режим дня группы раннего возраста (1,5-2 года)
«Ранетки»
основной период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	8:45 – 9:45
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:45 – 10:00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:00 – 11:30
Совместная деятельность и подготовка к обеду, обед.	11:30 – 12:00
Подготовка к дневному сну, сон	12:00– 15:00
Постепенный подъем, подготовка к полднику, полдник	15:00 – 16:00
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа / организация и проведение образовательной деятельности*	16:00 – 17:30
Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой.	17:30 – 19:00



**Режим дня средней группы (4-5 лет)
«Исследователи 1»
основной период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	8:45 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	9:50-10:40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:40 – 11:40
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	11:40 – 12:15
Обед.	12:15-12:45
Подготовка к дневному сну, сон	12:45– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 15:50
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15:50 – 17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой.	17:00 – 19:00



**Режим дня средней группы (4-5 лет)
«Исследователи 2»
основной период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	8:45 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	9:50-10:40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:40 – 11:40
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	11:40 – 12:15
Обед.	12:15-12:45
Подготовка к дневному сну, сон	12:45– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 15:50
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15:50 – 17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой.	17:00 – 19:00



Академия
детства

**Режим дня подготовительной группы (6-7 (8) лет)
«Писатели»
основной период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	8:45 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	9:50-10:25 *11:30-12:20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:25– 12:20 *9:50-11:30
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	12:20:12:40
Обед.	12:30-13:00
Подготовка к дневному сну, сон	13:00– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 15:50
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	15:50-16:30
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16:30 – 17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой.	17:00 – 19:00

***9:50-11:30**
***9:50-11:30**

Среда, вторник



**Режим дня младшей группы (3-4) года
«Мечтатели 1»
основной период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:30
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:30 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности	8:45 – 9:45
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:45 – 10:05
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:05 – 11:40
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	11:40 – 12:10
Обед.	12:10-12:40
Подготовка к дневному сну, сон	12:40– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, организация и проведение образовательной деятельности	16:00– 17:15
Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой.	17:15 – 19:00



**Режим дня младшей группы (3-4) года
«Мечтатели 2»
основной период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:30
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:30 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности	8:45 – 9:45
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:45 – 10:05
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:05 – 11:40
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	11:40 – 12:10
Обед.	12:10-12:40
Подготовка к дневному сну, сон	12:40– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, организация и проведение образовательной деятельности.	16:00– 17:15
Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой.	17:15– 19:00



**Режим дня старшей подготовительной группы (5-7(8)) лет
«Журналисты»
основной период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:40
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности	8:40 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности	9:50-10:55
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:55 – 12:15
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	12:15 – 12:30
Обед.	12:30-13:00
Подготовка к дневному сну, сон	13:00– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 15:50
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности	15:50-17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой.	17:00– 19:00



**Режим дня старшей группы (5-6) лет
«Изобретатели 1»
(основной период)**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности	8:45 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки. *	09:50-11:30 * 10:50-12:15
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	11:30:-11:55 *9:50-10:50
Совместная деятельность и подготовка к обеду. *	11:55 – 12:30 *12:15-12:30
Обед.	12:30-13:00
Подготовка к дневному сну, сон	13:00– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 15:50
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	15:50-16:30
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16:30 – 17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой	17:00 – 19:00

*09:50-10:50
*10:50-12:15
*12:15-12:30

} **Среда**



**Режим дня старшей группы (5-6) лет
«Изобретатели 2»
основной период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	8:45 – 9:30 *8:45-9:45
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50 *9:45-10:05
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	9:50-10:45 *10:05-10:45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:45-12:10
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	12:10-12:30
Обед.	12:30-13:00
Подготовка к дневному сну, сон	13:00– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 15:50
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности*	15:50-16:30
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16:30 – 17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, постепенный уход домой	17:00 – 19:00

***8:45-9:45**

***9:45-10:05**

***10:05-10:45**

Понедельник, четверг



**Режим дня группы раннего возраста (1,5-2 года)
«Ранетки»
теплый период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей	8:45 – 9:45
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:45 – 10:00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:00 – 11:30
Совместная деятельность и подготовка к обеду, обед.	11:30 – 12:00
Подготовка к дневному сну, сон	12:00– 15:00
Постепенный подъем, подготовка к полднику, полдник	15:00 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа.	16:00 – 18:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18:30 – 19:00

Продолжительность прогулки может сокращаться в связи с погодными условиями (более +25 °С)

Питьевой режим производится не реже 2х раз за прогулку.



**Режим дня средней группы (4-5 лет)
«Исследователи 1»
теплый период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей.	8:45 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	9:50 – 11:40
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	11:40 – 12:15
Обед.	12:15-12:45
Подготовка к дневному сну, сон	12:45– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16:00 – 18:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18:30 – 19:00

**Продолжительность прогулки может сокращаться в связи с погодными условиями (более +25 °С)
Питьевой режим производится не реже 2х раз за прогулку.**



**Режим дня средней группы (4-5 лет)
«Исследователи 2»
теплый период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей	8:45 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	9:50 – 11:40
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	11:40 – 12:15
Обед.	12:15-12:45
Подготовка к дневному сну, сон	12:45– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа.	16:00 – 18:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18:30 – 19:00

Продолжительность прогулки может сокращаться в связи с погодными условиями (более +25 °С)
Питьевой режим производится не реже 2х раз за прогулку.



**Режим дня подготовительной группы (6-7 (8) лет)
«Писатели»
теплый период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей.	8:45 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	9:50– 12:20
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	12:20:12:40
Обед.	12:30-13:00
Подготовка к дневному сну, сон	13:00– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей.	16:00-18:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18:30 – 19:00

**Продолжительность прогулки может сокращаться в связи с погодными условиями (более +25 °С)
Питьевой режим производится не реже 2х раз за прогулку.**



**Режим дня младшей группы (3-4) года
«Мечтатели 1»
теплый период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:30
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:30 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей, организация и проведение образовательной деятельности	8:45 – 9:45
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:45 – 10:05
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:05 – 12:00
Подготовка к обеду. Обед.	12:00-12:40
Подготовка к дневному сну, сон	12:40– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность.	16:00– 18:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18:30 – 19:00

Продолжительность прогулки может сокращаться в связи с погодными условиями (более +25 °С)
Питьевой режим производится не реже 2х раз за прогулку.

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 29
Пушкинского района Санкт-Петербурга



**Режим дня младшей группы (3-4) года
«Мечтатели 2»
теплый период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:30
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:30 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей	8:45 – 9:45
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:45 – 10:05
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	10:05 – 12:00
Подготовка к обеду. Обед.	12:00-12:40
Подготовка к дневному сну, сон	12:40– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа.	16:00– 18:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18:30 – 19:00

Продолжительность прогулки может сокращаться в связи с погодными условиями (более +25 °С)

Питьевой режим производится не реже 2х раз за прогулку.

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 29
Пушкинского района Санкт-Петербурга



**Режим дня старшей подготовительной группы (5-7(8)) лет
«Журналисты»
теплый период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:40
Самостоятельная игровая деятельность детей.	8:40 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	9:50 – 12:15
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	12:15 – 12:30
Обед.	12:30-13:00
Подготовка к дневному сну, сон	13:00– 15:00

Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей.	16:00-18:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	18:30– 19:00

**Продолжительность прогулки может сокращаться в связи с погодными условиями (более +25 °С)
Питьевой режим производится не реже 2х раз за прогулку.**



**Режим дня старшей группы (5-6) лет
«Изобретатели 1»
теплый период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей	8:45 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	09:50-12:00
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	12:00 – 12:30
Обед.	12:30-13:00
Подготовка к дневному сну, сон	13:00– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16:00 – 18:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	18:30 – 19:00

**Продолжительность прогулки может сокращаться в связи с погодными условиями (более +25 °С)
Питьевой режим производится не реже 2х раз за прогулку.**



**Режим дня старшей группы (5-6) лет
«Изобретатели 2»
теплый период**

Режимные моменты	Время проведения
Прием осмотр детей, утренняя гимнастика	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8:20 – 8:45
Самостоятельная игровая деятельность детей.	8:45 – 9:30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:30 – 9:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.). Возвращение с прогулки.	9:50-12:10
Совместная деятельность и подготовка к обеду.	12:10-12:30
Обед.	12:30-13:00
Подготовка к дневному сну, сон	13:00– 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, игры, совместная деятельность	15:00 – 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 – 16:00
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16:00 – 18:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	18:30 – 19:00

**Продолжительность прогулки может сокращаться в связи с погодными условиями (более +25 °С)
Питьевой режим производится не реже 2х раз за прогулку.**

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЛЯ ДОШКОЛЬНЫХ ГРУПП В ГБДОУ детский сад № 29 Пушкинского района СПб

Форма	Вид	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		1.5 – 3 года	3-4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
ОО Физическое развитие (физкультура)	а) в помещении	2 раза в неделю 10	2 раза в неделю 15–20	2 раза в неделю 20–25	2 раза в неделю 25–30	2 раза в неделю 30–35
	б) на улице	1 раз в неделю 10	1 раз в неделю 15–20	1 раз в неделю 20–25	1 раз в неделю 25–30	1 раз в неделю 30–35
Физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 4 - 5	Ежедневно 5–6	Ежедневно 6–8	Ежедневно 8–10	Ежедневно 10–12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10 - 15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20–25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25–30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30–40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
	г) НОД в бассейне	_____	15–20	20–25	25–30	25 - 30
Активный отдых	а) физкультурный досуг	_____	1 раз в месяц 15	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25 -30	1 раз в месяц 30
	б) физкультурный праздник	_____	_____	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	_____	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

ОРГАНИЗАЦИЯ ГИБКОГО РЕЖИМА В ГБДОУ детский сад № 29 Пушкинского района СПб

Гибкий режим – это система быстрого реагирования на внезапно изменившуюся ситуацию, учитывающая все возможные нестандартные ситуации: плохую погоду, отсутствие персонала, желание родителей приводить и забирать ребенка в удобное для них время, карантины, адаптационный период, каникулы

Виды гибкого режима	Рекомендации	Примечание
Адаптационный режим	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прием вновь поступающих детей проводится по графику, согласованному с родителями и устанавливается индивидуальный режим для каждого ребенка (1-2 раза в неделю) 2. Первое время по желанию родителей дети могут находиться в учреждении не полный день, а всего несколько часов. 3. Первое время не проводится утренняя гимнастика и занятия, а организуются индивидуальные контакты педагогов и специалистов с детьми на основе неформального общения. 4. Желательно демонстрировать вновь прибывшим детям достоинства их «нового мира» (экскурсии по учреждению, контакты с другими детьми и взрослыми. Ребенок должен ощущать себя в центре внимания) 	Работа с детьми организуется согласно основному режиму с учетом рекомендаций.
На случай плохой погоды	Работа с детьми организуется согласно основному режиму с учетом рекомендаций.	
В дни карантинов, на периоды повышенной заболеваемости	<ol style="list-style-type: none"> 1. Уменьшение количества непосредственно – непрерывной деятельности с повышенными физическими и интеллектуальными нагрузками и эмоциональной насыщенностью. 2. Увеличение прогулки и длительности сна. 3. Резкое ограничение свободного передвижения по учреждению, минимум контактов. 	Режимы составляются по мере необходимости
В дни каникул	<ol style="list-style-type: none"> 1. Определяется на основании изучения утомляемости детей (3-5 дней) 2. Отменяются занятия и эмоциональная жизнь детей по специально организованным сценариям с ежедневным сюрпризом. <p>Обязательно дни здоровья</p>	Режимы составляются на время каникул

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЩАДЯЩЕГО РЕЖИМА В ГБДОУ детский сад № 29 Пушкинского района
Санкт - Петербурга**

Щадящий режим назначается детям с 3 и 4 группами здоровья, детям, перенесшим заболевание для снижения физической и интеллектуальной нагрузки. Щадящий режим для детей с 3 и 4 группами здоровья назначается врачом-педиатром.

Щадящий режим после перенесенного заболевания назначается по рекомендации участкового педиатра или врача-педиатра ГБДОУ на определенный срок в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания. Щадящий режим выполняется работниками ГБДОУ, работающими с ребенком.

режимный момент	ограничения	ответственный за выполнение
приход в детский сад	По возможности 08.00-8.30	удлиненный ночной сон (родители)
утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	инструктор ФК, воспитатели
гигиенические процедуры (умывание)	Температура воды 16-20 градусов С, тщательное вытирание рук, лица	воспитатели, помощник воспитателя
дневной сон	Наличие сменной пижамы. Постепенный подъем.	воспитатели, помощник воспитателя
закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама, надевается сухая футболка	воспитатели, помощник воспитателя
сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю); выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь. Выход последними	воспитатели, помощник воспитателя

