УТВЕРЖДЕН
заведующим ГБДОУ детским садом
№ 45 Адмиралтейского района СПб
_____/Л. О. Красовская /
Приказ № 35 от 30.08.2023г.

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (с 01.09 по 31.05)
ДЛЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ НА 2023–2024 уч. год

Основные режимные моменты **СРЕДНЯЯ ГРУППА**		Время проведения	Примечания (часы)
Прием, осмотр детей, индивидуальная и подгрупповая работа с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, мотивация занятия.		7.00 – 8.10	1.10мин
Утренняя гимнастика	Понедельник - пятница – в музыкальном зале	8.10 – 8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, 1-й завтрак		8.30 – 9.00	30 мин
Занятие 1		9.00 – 9.20	20 мин
Динамическая пауза		9. 20 – 9.30	10 мин
Занятие 2		9.30- 9.50	10 мин
Динамическая перемена. Самостоятельная деятельность, совместная деятельность детей и взрослых.		9.50 – 10.30	10 мин
Второй завтрак		10.30 – 10.40	10мин
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдение, игры, трудовые поручения, экспериментирование, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей.		10.40–12.10	1ч.30мин
Возвращение с прогулки. закаливающие процедуры		12.10 – 12.25	15 мин
Обед		12.25 – 12.45	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон		12.45 – 15.15	2ч.30 мин
Подъём, гимнастика после дневного сна, закаливающие мероприятия		15.15 – 15.30	15 мин
Полдник		15.30 – 15.50	20 мин
Занятие 3 Дополнительные образовательные услуги, коррекционная деятельность, досуговая деятельность;		15.50–16.30	16.20–16.35 **Досуг музыкальный**
Подготовка к прогулке, прогулка II, уход домой		16.30 –18.00	1час .30мин
Возвращение с прогулки: свободные игры, индивидуальная работа.		18.00 – 19.00	1 час

При температуре воздуха ниже - 15 градусов С и скорости более 7 м / с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20° С и скорости ветра более 15 м/ скорости ветра более 15 м/с

УТВЕРЖДЕН
заведующим ГБДОУ детским садом
№45 Адмиралтейского района СПб
_____/Л. О. Красовская /
Приказ № 35 от «30» 08.2023г.

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ ПРИ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ПОГОДНЫХ УСЛОВИЯХ ДЛЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

Основные режимные моменты **СРЕДНЯЯ ГРУППА**		**Время проведения**	**Примечания (часы)**
Прием, осмотр детей, индивидуальная и подгрупповая работа с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, мотивация НОД.		7.00 – 8.10	1.10мин
Утренняя гимнастика	Понедельник - пятница – в музыкальном зале	8.10 – 8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, **1-й завтрак**		8.30 – 8.50	30 мин
Динамическая перемена. Самостоятельная деятельность, совместная деятельность детей и взрослых.		8.50 – 9.00	10 мин
Занятие 1		9.00 – 9.20	20 мин
Динамическая пауза		9. 20 – 9.30	10 мин
Занятие 2		9.30- 9.50	10 мин
Совместная деятельность, игровая деятельность,		9.50 – 10.30	
Второй завтрак		10.30 – 10.40	10мин
Совместная деятельность, игровая деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, просмотр мультфильмов, подвижные игры. Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми		10.40–12.00	1ч.40мин
Закаливающие процедуры		12.00 – 12.10	10 мин
Обед		12.10 – 12.30	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон		12.30 – 15.00	2ч.30 мин
Подъём, гимнастика после дневного сна, закаливающие мероприятия		15.00 – 15.15	15 мин
Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры		15.15 – 15.30	10 мин
Полдник		15.30 – 15.50	20 мин
Занятие 3 Дополнительные образовательные услуги, коррекционная		15.50–16.40	16ч.20 – 16.35 **Досуг музыкальный**

деятельность, досуговая деятельность;		
Совместная деятельность, игровая деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, просмотр мультфильмов, подвижные игры. Уход домой	16.40– 18.00	1час. 20 мин

УТВЕРЖДЕН
заведующим ГБДОУ детским садом
№45 Адмиралтейского района СПб
_____/Л. О. Красовская /
Приказ № от «30» 08.2023г

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА (01.06–31.08)
ДЛЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

Режимные моменты	Пятый год жизни.	Примечание (часы)
Приход детей в детский сад), свободная игра, самостоятельная деятельность детей, утренняя разминка.	7.00 – 8.35	1.35 мин
Гигиенические процедуры Подготовка к завтраку. Завтрак Самостоятельная деятельность	8.35–9.15	35 мин
Занятие (чтение, музыка, физическая культура). Самостоятельная деятельность	Пн – Пт; 9.00 – 10.30	(0.20 мин)
Второй завтрак.	10.30 – 10.40	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непрерывная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	10.40 -12.10	1час 30мин
Возвращение с прогулки, закаливающие процедуры	12.00 – 12.20	(10 мин)
Обед	12.20– 12.45	25 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.15	2.30 мин
Подъём, гимнастика после дневного сна, закаливающие мероприятия, Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры	15.15 – 15.30	15 мин
Полдник	15.30 – 15.50	20 мин
Досуг музыкальный, коррекционная деятельность, самостоятельные игры детей в группе.	15.50–16.30	16.30–16.50 ***Досуг музыкальный***
Подготовка к прогулке, прогулка II	16.30 –18.00	1час 30мин
Возвращение с прогулки, свободные игры, индивидуальная работа. Уход домой.	18.00 – 19.00	1 час

Требования СанПиНа	По СанПиНу	Фактически
Установленные часы приема пищи	Интервал не более 4 ч;	Соблюдается

	4-разовое питание-12 ч	
Прогулка (дневная и вечерняя)	3 часа	3 часа 00 мин
Сон дневной	Не менее 2.ч 30мин	2ч. 30 мин
Самостоятельная деятельность детей	3–4 ч	3 часа
Максимальный объем недельной образовательной нагрузки, включая дополнительные услуги	4 ч	3часа 30мин
Продолжительность непрерывной образовательной деятельности: в I половине дня -во II половине дня	Не более 2-х в день, 1 раз в неделю	20 мин
Продолжительность непрерывной образовательной деятельности Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельности не менее	Не более 20 мин Не менее 10 мин	20 мин 10 мин

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ ГИБКОГО РЕЖИМА
СРЕДНЯЯ ГРУППА на 2023–2024 учебный год

Виды гибкого режима	Рекомендации
Адаптационный режим	Не проводится утренняя гимнастика; НОД организуется через индивидуальные контакты педагогов и детей на основе неформального общения; Увеличение дневного, ночного сна по желанию ребенка
Режим дня в дни проведения праздников	Смещение времени прогулки (не нарушая общей длительности прогулки за день - 3 – 4 часа); Организованная деятельность с ограничением физических нагрузок
Режим дня на время проведения каникул	**Данный режим вводится в каникулярный период** Увеличение времени дневного и ночного сна на 15 минут; Организация мероприятий физкультурно–оздоровительной, художественно – эстетической направленности; Снижение интеллектуальной нагрузки
Распорядок дня при карантине на период повышенной заболеваемости	•Ежедневный приём в группу производится при уточнении состояния здоровья ребёнка у родителей. Данные заносятся в журнал. •Прекращаются контакты с другими группами. •Самостоятельная, игровая и совместная с воспитателем деятельность осуществляется с материалами, подлежащими специальной дезинфицирующей обработке. •Результаты продуктивной деятельности дезинфицируются и выбрасываются. •Организация деятельности по физическому и музыкальному развитию проводится в групповом помещении. •Изменения состояния здоровья ребёнка незамедлительно сообщаются медицинскому персоналу и родителям. •Воспитателями группы и помощником воспитателя неукоснительно выполняются требования «Мероприятий в

	период карантина».

В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки в середине времени отведённое под НОД рекомендуется проводить физкультминутки длительностью 1–3 минуты.

X

Заведующий
Красовская Л.О
Подписано: Красовская Л.О