

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

**ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (с 01.09 по 31.05)  
 ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ**

<b>Основные режимные моменты ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА</b>		<b>Время проведения</b>	<b>Примечания (часы)</b>
Прием, осмотр детей, индивидуальная и подгрупповая работа с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, мотивация Занятия.		7.00 – 8.20	1.20мин
Утренняя гимнастика	Понедельник - пятница – в музыкальном зале.	8.20 – 8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, <b>1-й завтрак</b>		8.30 – 8.50	20 мин
Самостоятельная деятельность детей		8.50 – 9.00	10 мин
<b>Занятие 1</b>		9.00 – 9.30	30 мин
Динамическая пауза		9.30 – 9.40	10 мин
<b>Занятие 2</b>		9.40 – 10.10	30 мин
Подготовка к занятиям		10.10 – 10.20	10 мин
<b>2-й завтрак</b>		10.20 – 10.30	10 мин
<b>Занятие 3</b>		10.30 – 11.00	30 мин
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдение, игры, трудовые поручения, экспериментирование, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей		11.00 – 12.20	1 час. 20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.		12.20 – 12.28	18 мин
Подготовка к обеду, <b>обед</b>		12.28– 12.45	18 мин
Подготовка ко сну, <b>дневной сон</b>		12.45– 15.15	2ч.30 мин
<b>Подъём</b> , бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры.		15.15–15.30	15 мин
<b>Полдник</b>		15.30 – 15.45	15 мин
Дополнительные образовательные услуги, коррекционная деятельность, досуговая деятельность;		15.45–16.20	<b>15.55–16.25</b> Музыкальный досуг
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой. Уход домой		16.20 – 18.00	1 час.40мин

Возвращение с прогулки, свободные игры, индивидуальная работа. Уход домой.	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 (с 01.09 по 31.05)  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ**

<b>Основные режимные моменты ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА</b>		<b>Время проведения</b>	<b>Примечания (часы)</b>
Прием, осмотр детей, индивидуальная и подгрупповая работа с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, мотивация НОД.		7.00 – 8.20	1.20мин
Утренняя гимнастика	Понедельник - пятница – в музыкальном зале.	8.20 – 8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, <b>1-й завтрак</b>		8.30 – 8.50	20 мин
Самостоятельная деятельность детей		8.50 – 9.00	10 мин
<b>Занятие 1</b>		9.00 – 9.30	30 мин
Динамическая пауза		9.30 – 9.40	10 мин
<b>Занятие 2</b>		9.40 – 10.10	30 мин
Подготовка к НОД		10.10 – 10.20	10 мин
<b>2-й завтрак</b>		10.20 – 10.30	10 мин
<b>Занятие 3</b>		10.30 – 11.00	30 мин
Коррекционная деятельность, трудовые поручения, индивидуальная работа, самостоятельные игры детей в группе. Самостоятельная деятельность.		11.00 – 12.20	1ч.20 мин
<b>Обед</b>		12.20– 12.45	25 мин
Подготовка ко сну, <b>дневной сон</b>		12.45– 15.15	2ч.30 мин
<b>Подъём</b> , бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия		15.15 – 15.30	15 мин
<b>Полдник</b>		15.30 – 15.45	15 мин
Дополнительные образовательные услуги, коррекционная деятельность, досуговая деятельность; самостоятельные игры детей		15.45–18.00	15.55–16.25 <b>Музыкальный досуг</b>

в группе. Самостоятельная деятельность. Уход домой

**ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ. Организация гибкого режима.  
Подготовительная группа на 2023–2024 учебный год**

<b>Виды гибкого режима</b>	<b>Рекомендации</b>
<b>Адаптационный режим</b>	Не проводится утренняя гимнастика; НОД организуется через индивидуальные контакты педагогов и детей на основе неформального общения; Увеличение дневного, ночного сна по желанию ребенка
<b>Режим дня в дни проведения праздников</b>	Смещение времени прогулки (не нарушая общей длительности прогулки за день - 3–4 часа); Организованная деятельность с ограничением физических нагрузок
<b>Режим дня на время проведения каникул</b>	<b>Данный режим вводится в каникулярный период</b> Увеличение времени дневного и ночного сна на 15 минут; Организация мероприятий физкультурно–оздоровительной, художественно – эстетической направленности; Снижение интеллектуальной нагрузки
<b>Распорядок дня при карантине на период повышенной заболеваемости</b>	•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».

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

**ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА (с 01.06 по 31.08)  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Примечание (часы)</b>
Приход детей в детский сад), свободная игра, самостоятельная	7.00 – 8.35	1.35 мин

деятельность детей, утренняя разминка.		
Гигиенические процедуры Подготовка к завтраку. Завтрак Самостоятельная деятельность	8.35–9.15	35 мин
Занятия (чтение, музыка). Самостоятельная деятельность	Пн – Пт; 9.00 – 10.00	(0.25 мин)
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность детей и взрослых.	9.40 – 10.30	40 мин
<b>Второй завтрак.</b>	10.30 – 10.40	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдение, игры, трудовые поручения, экспериментирование, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей.	10.40 – 12.20	2час. 10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.20 – 12.30	15 мин
<b>Обед</b>	12.30 – 12.50	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.15	2. часа 30 мин
Подъём, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры	15.15–15.30	15 мин
<b>Полдник</b>	15.30 – 15.50	20 мин
коррекционная деятельность, досуговая деятельность; Досуг музыкальный	15.50–16.30	16.10–16.30 <b>Досуг музыкальный</b>
Подготовка к прогулке, прогулка II	16.30 –18.00	1 час .30мин
Возвращение с прогулки, свободные игры, индивидуальная работа. Уход домой.	18.00 – 19.00	1 час

X

Заведующий  
Красовская Л.О  
Подписано: Красовская Л.О