

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 СТАРШЕЙ ГРУППЫ НА 2023–2024 уч. год.**

<b>Основные режимные моменты СТАРШАЯ (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 – 8.10	1.10мин
Утренняя гимнастика	Понедельник - пятница – в группе	8.10 – 8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, <b>1-й завтрак</b>		8.20 – 8.50	10 мин
Динамическая перемена. Самостоятельная деятельность, совместная деятельность детей и взрослых.		8.50 – 9.00	10 мин
<b>Занятия 1</b>		9.00 – 9.25	25 мин
Динамическая пауза		9. 25 – 9.35	10 мин
<b>Занятия 2</b>		9.35-10.00	25 мин
Совместная деятельность детей и взрослых.		10.00 – 10.30	30 мин
<b>Второй завтрак</b>		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	1 час. 30 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.		12.10 – 12.25	15 мин
<b>Обед</b>		12.25 – 12.45	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон		12.45 – 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
<b>Занятие 3</b> Дополнительные образовательные услуги, коррекционная деятельность, досуговая деятельность;		15.50–16.30	15.50–16.10  Досуг музыкальный
Подготовка к прогулке, прогулка II		16.30 –18.00	1 час .30мин
Возвращение с прогулки, свободные игры, индивидуальная		18.00 – 19.00	1 час

работа. Уход домой.

**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 СТАРШЕЙ ГРУППЫ**

<b>Основные режимные моменты СТАРШАЯ 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 – 8.10	1.10мин
Утренняя гимнастика	Понедельник - пятница – в группе	8.10 – 8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, <b>1-й завтрак</b>		8.30 – 8.50	20 мин
Динамическая перемена. Самостоятельная деятельность, совместная деятельность детей и взрослых.		8.50 – 9.00	10 мин
<b>Занятие 1</b>		9.00 – 9.25	25 мин
Динамическая пауза		9. 25 – 9.35	10 мин
<b>Занятие 2</b>		9.35-10.00	25 мин
Совместная деятельность, игровая деятельность,		10.00–1030	30 мин
<b>Второй завтрак</b>		10.30 – 10.40	10мин
Совместная деятельность, игровая деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, просмотр мультфильмов, подвижные игры		10.40–12.10	1 часа 10мин
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры.		12.10 – 12.25	15 мин
<b>Обед</b>		12.25 – 12.45	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон		12.45 – 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
<b>Занятие 3</b> Дополнительные образовательные услуги, коррекционная		15.50–16.10	15.50–16.10 Досуг

деятельность, досуговая деятельность;		<b>музыкальный</b>
Коррекционная деятельность, трудовые поручения, индивидуальная работа, самостоятельные игры детей в группе. Самостоятельная деятельность, уход домой	16.30–18.00	1 час. 30 мин

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 СТАРШЕЙ ГРУППЫ**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Примечание (часы)</b>
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
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 – 12.10	2час. 10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.10 – 12.25	15 мин
<b>Обед</b>	12.25 – 12.45	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 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 Досуг <b>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

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

Виды гибкого режима	Рекомендации
<b>Адаптационный режим</b>	<p>Не проводится утренняя гимнастика; НОД организуется через индивидуальные контакты педагогов и детей на основе неформального общения; Увеличение дневного, ночного сна по желанию ребенка</p>
<b>Режим дня в дни проведения праздников</b>	<p>Смещение времени прогулки (не нарушая общей длительности прогулки за день - 3 – 4 часа); Организованная деятельность с ограничением физических нагрузок</p>
<b>Режим дня на время проведения каникул</b>	<p><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</p>
<b>Распорядок дня при карантине на период повышенной заболеваемости</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Ежедневный приём в группу производится при уточнении состояния здоровья ребёнка у родителей. Данные заносятся в журнал.</li> <li>•Прекращаются контакты с другими группами.</li> <li>•Самостоятельная, игровая и совместная с воспитателем деятельность осуществляется с материалами, подлежащими специальной дезинфицирующей обработке.</li> <li>•Результаты продуктивной деятельности дезинфицируются и выбрасываются.</li> <li>•Организация деятельности по физическому и музыкальному развитию проводится в групповом помещении.</li> <li>•Изменения состояния здоровья ребёнка незамедлительно сообщаются медицинскому персоналу и родителям.</li> <li>•Воспитателями группы и помощником воспитателя неукоснительно выполняются требования «Мероприятий в период карантина».</li> </ul>

**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