

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 30.08.2023г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 30.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Врач:  Карлин А.И.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г.

Приказ № 2 от 30.08.2023г.



**Режим дня
детей старшей группы (с 5 до 6 лет)
(адаптационный период года с 1 сентября по 15 сентября)**

<i>Вид деятельности в режиме дня</i>	<i>Время</i>	<i>Длительность</i>
<u>ДОМА</u>		
Подъём, водные процедуры, приход в детский сад	7.00-8.00	60 мин.
<u>В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ</u>		
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00-8.35	1ч.35 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак.	8.35-9.00	25 мин.
Наблюдение и обследование развития детей специалистами, адаптационные игры, самостоятельная деятельность детей. Подготовка ко второму завтраку	9.00-10.20	1ч.20 мин.
Второй завтрак	10.20-10.30	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, самостоятельная игровая деятельность)	10.30-12.10	1ч.40 мин.
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы	12.10-12.25	15 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.25-13.00	35 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00- 15.00	2ч.00мин.
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, гигиенические процедуры, самостоятельная игровая деятельность, подготовка к полднику	15.00-15.35	35 мин.
Полдник	15.35-15.50	15 мин.
Совместная игровая деятельность, самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми.	15.50- 16.20	1ч.10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.20	2ч.00 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18.20-19.00	40 мин.
<u>ДОМА</u>		
Прогулка, ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, подготовка ко сну	19.00-21.00	2ч00 мин.
Сон	с 21-00	
* По желанию родителей на время адаптации дети могут находиться в учреждении не целый день, а несколько часов. По мере привыкания время пребывания ребёнка в группе увеличивается.		

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 30.08.2023г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 30.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Врач:  Карлин А.И.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г.

Приказ № 2 от 30.08.2023г.



**Режим дня
детей старшей группы (с 5 до 6 лет)
(при карантине)**

<i>Вид деятельности в режиме дня</i>	<i>Время</i>	<i>Длительность</i>
ДОМА		
Подъем, водные процедуры, приход в детский сад	7.00-8.00	60 мин.
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00-8.35	1ч.35 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак. Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к занятиям	8.35-9.00	25 мин.
«Круг друзей», занятия (включая гимнастику в процессе занятия) (проводятся в групповой комнате)		60 мин.
Занятие 1	9.10-9.35	25 мин.
Занятие 2	9.45-10.10	25 мин.
Совместная игровая деятельность. Подготовка ко второму завтраку	10.10-10.20	10 мин.
Второй завтрак	10.20-10.30	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (организация выхода и возвращения с прогулки изолированно от других групп)	10.30-12.10	1ч.40 мин.
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы	12.10-12.25	15 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.25-13.00	35 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00- 15.00	2ч.00мин.
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, гигиенические процедуры, самостоятельная игровая деятельность, подготовка к полднику	15.00-15.35	35 мин.
Полдник	15.35-15.50	15 мин.
«Круг друзей», занятие (при необходимости), самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми	15.50- 16.20	30 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (организация выхода и возвращения с прогулки изолированно от других групп)	16.20-18.30	2ч.10 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18.30-19.00	30 мин.
ДОМА		
Прогулка, ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, подготовка ко сну	19.00-21.00	2ч.00 мин.
Сон	с 21-00	

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
 общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
 ГБДОУ детский сад №8
 Адмиралтейского района СПб
 Протокол №1 от 30.08.2023г.
 С учётом мнения совета родителей
 Протокол №1 от 30.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Врач: Карлин А.И.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
 ГБДОУ детский сад №8
 Адмиралтейского района СПб
 Смольникова С.Г.

Приказ № 2 от 30.08.2023г.



**Режим дня
 детей старшей группы (с 5 до 6 лет)
 (при ненастной погоде: дождь, сильный ветер, мороз)**

<i>Вид деятельности в режиме дня</i>	<i>Время</i>	<i>Длительность</i>
ДОМА		
Подъем, водные процедуры, приход в детский сад	7.00-8.00	60 мин.
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00-8.35	1ч.35 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак. Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к занятиям	8.35-9.00	25 мин.
«Круг друзей», занятия (включая гимнастику в процессе занятия)		60 мин.
Занятие 1	9.10-9.35	25 мин.
Занятие 2	9.45-10.10	25 мин.
Совместная игровая деятельность. Подготовка ко второму завтраку	10.10-10.20	10 мин.
Второй завтрак	10.20-10.30	10 мин.
Творческие игры, показ театров, подвижные игры, игры- забавы, деятельность детей по интересам	10.30-12.25	1ч.55 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.25-13.00	35 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00- 15.00	2ч.00мин.
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, гигиенические процедуры, самостоятельная игровая деятельность, подготовка к полднику	15.00-15.35	35 мин.
Полдник	15.35-15.50	15 мин.
«Круг друзей», занятия (при необходимости). Творческие игры, показ театров, подвижные игры, игры- забавы, деятельность детей по интересам, уход детей домой	15.50- 19.00	3ч.10 мин.
ДОМА		
Ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, подготовка ко сну	19.00-21.00	2ч.00 мин.
Сон	с 21-00	

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 30.08.2023г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 30.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Врач: _____ Карлин А.И.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г. _____

Приказ № 2 от 30.08.2023г.



**Режим дня
детей старшей группы (с 5 до 6 лет)
(тёплый период года с 1 июня по 31 августа)**

<i>Вид деятельности в режиме дня</i>	<i>Время</i>	<i>Длительность</i>
<u>ДОМА</u>		
Подъем, водные процедуры, приход в детский сад	7.00-8.00	60 мин.
<u>В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ</u>		
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00-8.35	1ч.35 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак.	8.35-9.00	25 мин.
Совместная игровая деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, прослушивание музыкальных сказок. Подготовка ко второму завтраку	9.00-10.20	1ч.20 мин.
Второй завтрак	10.20-10.30	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, самостоятельная игровая деятельность)	10.30-12.10	1ч.40 мин.
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы	12.10-12.25	15 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.25-13.00	35 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00- 15.00	2ч.00мин.
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, гигиенические процедуры, самостоятельная игровая деятельность, подготовка к полднику	15.00-15.35	35 мин.
Полдник	15.35-15.50	15 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	15.50-19.00	3ч.10 мин.
<u>ДОМА</u>		
Прогулка, ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, подготовка ко сну	19.00-21.00	2ч.00 мин.
Сон	с 21-00	

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 30.08.2023г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 30.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Врач: Карлин А.И.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г.

Приказ № 2 от 30.08.2023г.



ВАРИАТИВНЫЕ РЕЖИМЫ
для детей старшей группы (с 5 до 6 лет)

№ п/п	Режим	Длительность	Рекомендации к использованию
1.	Адаптационный режим	2-3 недели	1.Сокращённое пребывание детей в ДОУ в течение 2-3 недель. 2.Постепенное привыкание от 1 часа до обеда, затем до вечерней прогулки. 3.Создание благоприятного эмоционального климата
2.	Щадящий режим после перенесённых острых заболеваний (ОРЗ, грипп, ветряная оспа, краснуха, кишечные инфекции)	1 неделя	1.Сокращение приёма воздушных ванн на 5 минут в течение 1 недели. 2.Снижение кратности упражнений в течение й недели. 3.Сокращение режима двигательной активности ребёнка на прогулке. Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течение дня.
3.	Щадящий режим после перенесённых заболеваний (пневмонии, острый пиелонефрит, гепатит и др.)	2 недели	1.Освобождение от проведения закалывающих процедур на 2 недели. 2.Снижение кратности упражнений в течение 1 недели. 3.Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течение дня, включая прогулку. 4.Пролонгированный сон.
4.	Щадящий режим для детей с III и IV группой здоровья	Индивидуально по рекомендации врача	1.Освобождение от проведения закалывающих процедур индивидуально по рекомендации врача до 6 месяцев. 2.Освобождение от физкультурных занятий индивидуально по рекомендации врача сроком до месяца. 3.Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течение дня, включая прогулку. 4.Пролонгированный сон.
5.	Щадящий режим после перенесённого отита	1-2 недели	1.Уменьшение двигательной нагрузки на физкультурных занятиях за счёт исключения переворотов, наклонов, вращений.

6.	Щадящий режим для часто и длительно болеющих детей в период реконвалесценции	1-2 недели	<p>1.Щадящий режим выхода на прогулку: -одевать на прогулку последними; -приводить с прогулки первыми.</p> <p>2.Контроль со стороны воспитателя за температурой кистей рук и стоп.</p> <p>3.На прогулке занимать в играх малой подвижности.</p> <p>4.Учитывая индивидуальность терморегуляции и теплообмена, разрешать находиться в групповом помещении в одежде по более «тёплому» варианту, чем остальные дети.</p> <p>5.По рекомендации врача, учитывая состояние здоровья, сократить пребывание ребёнка в детском саду (до обеда, до полдника) в течение 2 недель.</p> <p>6.Предоставить дополнительный выходной день в неделю.</p> <p>7.Пролонгированный сон: -первыми укладывать на дневной сон; -последними поднимать после сна.</p>
7.	Корректирующий режим	Ограничение одного вида деятельности в соответствии с медицинскими рекомендациями	<p>Время занятий и прогулок не ограничивается.</p> <p>Ограничение определённого вида деятельности в занятиях по физической культуре.</p>
8.	Индивидуальный режим	Действует, если у ребёнка III группа здоровья или особенности здоровья	<p>1.Физкультурная группа: подготовительная (без участия в соревнованиях, спартакиадах, кроссах);</p> <p>2.Уменьшение времени прогулок на 15 минут (после обострения хронического заболевания);</p> <p>3. Детям III группы здоровья оздоровительный бег заменяется дозированной ходьбой.</p>