

РЕЖИМ ДНЯ
НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2024 г. ПО 31 МАЯ 2025 г.
ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА «Звёздочки»
(ОТ 2-Х ДО 3-Х ЛЕТ) .

Приём: осмотр детей, фильтр, индивидуальное общение, игры,		7.00 – 8.15		
Утренняя гимнастика		8.15 – 8.25		
Подготовка к завтраку, завтрак		8.25 – 8.35		
Предметная деятельность, игра, подготовка к занятиям		Вторник, среда, четверг: 8.35 – 9.15		8.35 – 8.40
Занятия				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
8.40 – 8.50 <i>(физкультура в зале)</i>	1.9.15 – 9.25 2.9.30 – 9.40	1.9.15 – 9.25 2.9.30 – 9.40	1.9.15 – 9.25 2.9.30 – 9.40	8.40 – 8.50 <i>(музыка)</i>
1.16.10 – 16.20 2.16.25 – 16.35	16.20 – 16.30 <i>(музыка)</i>	16.25 – 16.35 <i>(физкультура в зале)</i>	16.40 – 16.50 <i>(физкультура в зале)</i>	1.16.10 – 16.20 2.16.25 – 16.35
Самостоятельная деятельность, игра		Вторник, среда, четверг: 9.40 – 10.00		8.50 – 10.00
Подготовка ко 2-му завтраку, 2-й завтрак		10.00 – 10.10		
Подготовка и выход на прогулку, дневная прогулка		10.10 – 11.35		
Возвращение с прогулки, общение и спокойные игры с детьми		11.35 – 11.50		
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну		11.50 – 12.30		
Дневной сон		12.30 – 15.30		
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры после сна		15.30 – 15.40		
Подготовка к полднику, полдник		15.40 – 16.00		
Самостоятельная деятельность: игры по инициативе детей		16.00 – 16.35		
Занятия в группе (пн, пт.)		1 подгруппа		16.10 – 16.20
		2 подгруппа		16.25 – 16.35
в музыкальном зале - вторник		16.20 – 16.30		
в физкультурном зале -		среда		16.25 – 16.35
		четверг		16.40 – 16.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке и выход на прогулку		16.35 – 17.00 Вторник 16.30 – 17.00 Четверг 16.50 – 17.00		
Прогулка, уход детей домой		17.00 – 19.00		

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ
НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2024 г. ПО 31 МАЯ 2025 г.
ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА «Звёздочки»
(ОТ 2-Х ДО 3-Х ЛЕТ).

Приём: осмотр детей, фильтр, индивидуальное общение, игры,		7.00 – 8.15		
Утренняя гимнастика		8.15 – 8.25		
Подготовка к завтраку, завтрак		8.25 – 8.35		
Предметная деятельность, игра, подготовка к занятиям		Вторник, среда, четверг: 8.35 – 9.15		8.35 – 8.40
Занятия				
<i>понедельник</i>	<i>вторник</i>	<i>среда</i>	<i>четверг</i>	<i>пятница</i>
8.40 – 8.50 <i>(физкультура в зале)</i>	1.9.15 – 9.25 2.9.30 – 9.40	1.9.15 – 9.25 2.9.30 – 9.40	1.9.15 – 9.25 2.9.30 – 9.40	8.40-8.50 <i>(музыка)</i>
1.16.10 – 16.20 2.16.25 – 16.35	16.20 – 16.30 <i>(музыка)</i>	16.25 – 16.35 <i>(физкультура в зале)</i>	16.40 – 16.50 <i>(физкультура в зале)</i>	1.16.10 – 16.20 2.16.25 – 16.35
Самостоятельная деятельность, игра		Вторник, среда, четверг: 9.40 – 10.00		8.50 – 10.00
Подготовка ко 2-му завтраку, 2-й завтрак		10.00 – 10.10		
Игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей		10.10 – 11.20		
Выход в свободное помещение, подвижные игры, конструктивная деятельность, ознакомление с помещениями ДОУ.		11.20 – 11.50		
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну		11.50 – 12.30		
Дневной сон		12.30 – 15.30		
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры после сна		15.30 – 15.40		
Подготовка к полднику, полдник		15.40 – 16.00		
Самостоятельная деятельность: игры по инициативе детей		16.00 – 16.35		
Занятия в группе (пн, пт.)		1 подгруппа	16.10 – 16.20	
		2 подгруппа	16.25 – 16.35	
в музыкальном зале -		вторник		16.20 – 16.30
в физкультурном зале -		среда		16.25 – 16.35
		четверг		16.40 – 16.50
Игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, уход детей домой		16.35 – 19.00 Вторник 16.30 – 19.00 Четверг 16.50 – 19.00		

Согласовано:
Врач ГБДОУМ № 85

Утвержден:
Зав. ГБДОУМ № 85
Л. Н. Альшева
Пр. от 30.08.2024 № 138-од

**РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД АДАПТАЦИИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА
(ОТ 2-Х ДО 3-Х ЛЕТ)**

Приём, осмотр детей, фильтр, индивидуальное общение, игры.	7.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.35
Игры с детьми, индивидуальная работа педагогов с детьми на основе неформального общения.	8.35 – 10.00
Подготовка к завтраку, 2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 – 11.35
Возвращение с прогулки, общение и игры с детьми	11.35 – 11.50
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	11.55 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъём, гигиенические процедуры, гимнастика после сна	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры с детьми, индивидуальная работа педагогов с детьми на основе неформального общения, подготовка к прогулке и выход на прогулку.	16.00 – 17.00
Прогулка, уход детей домой.	17.00 – 19.00

Ознакомлены:

Воспитатели: _____

Помощник воспитателя: _____

Муз. руководитель: _____

Инструктор по физической культуре _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 85 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Альшева Любовь Николаевна, Заведующая

10.09.24 11:36 (MSK)

Сертификат B56946F39BBF9FDF11FF063CC838B6BB

РЕЖИМ ДНЯ
НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД ГОДА
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 2-Х ДО 3-Х ЛЕТ.

Прием детей на участке, осмотр, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика.	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25 - 8.45
Игры, индивидуальная работа, подготовка к прогулке, и выход на прогулку.	8.45 - 9.00
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивидуальная работа, занятия	9.00 - 11.30 (2.30)
Питьевой режим (2-й завтрак-сок).	9.50
Возвращение с прогулки, оздоровительные закаливающие процедуры.	11.30 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.40 - 15.00
Подъем детей, гимнастика, воздушные процедуры.	15.00 - 15.35
Подготовка к полднику, полдник.	15.35 - 16.05
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	16.05 - 16.20
Прогулка: блок совместной деятельности, игры, наблюдение, воздушно-солнечные процедуры, труд, индивидуальная работа.	16.20 - 18.30 (2.10)
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30 - 19.00

Ознакомлены: Воспитатели: _____

Помощник воспитателя: _____

ОРГАНИЗАЦИЯ ЩАДЯЩЕГО РЕЖИМА ДНЯ

1. Щадящий режим назначается часто болеющим детям, с 3-й и 4-й гр. здоровья, детям, перенесшим заболевание, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинским работником ДОУ (врач, ст. М/С)
3. Щадящий режим, после перенесенного заболевания, назначается по рекомендации участкового педиатра или врача ДОУ на определенный срок в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
4. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

№	Вид деятельности в режиме дня.	Ограничения	Ответственный.
1	Приход в ДОУ	По возможности с 8.00 до 8.30	Родители
2	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
3	Гигиенические процедуры (умывание)	Т –воды 16 – 20 градусов, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель, помощник воспитателя
4	Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой).	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель
5	Питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник)	Первыми садятся за стол, докармливание детей младшего возраста	Воспитатель, помощник воспитателя
6	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одеваются в последнюю очередь, выходят последними.	Воспитатель, помощник воспитателя
7	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
8	Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка, заменяется сухой.	Помощник воспитателя
9	Физическая культура / бассейн	Отмена или снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Инструктор по физической культуре, воспитатель
10	Непосредственная образовательная деятельность статического, интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятия.	Специалисты ДОУ, воспитатель
11	Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель
12	Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроений, желаний ребенка.	Воспитатель
13	Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удаленные от окон, дверей	Воспитатель
14	Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

Ознакомлены:

Воспитатели _____

Помощник воспитателя: _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ