

РЕЖИМ ДНЯ
НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2024 г. ПО 31 МАЯ 2025 г.
ДЛЯ ДЕТЕЙ подготовительной группы №3 «Реченька»
(6-7лет)

Прием, игры, дежурство					07.00 – 08.15 <i>Понедельник</i> 7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика					8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак					8.25 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям					8.50 – 9.00
Занятия					
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	
8.00 – 8.30 <i>(физ)</i>	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30 <i>(муз)</i>	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30	
9.00 – 9.30	9.40 – 10.10 <i>(физ)</i>	9.40 – 10.10	9.40 – 10.10	1.11.10 – 11.40 2.11.45 – 12.15	
9.40 – 10.10	10.20 – 10.50	10.20 – 10.50	15.50 – 16.20 <i>(муз)</i>	<i>(бас)</i>	
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка ко 2-му завтраку					
10.10 – 10.55	10.50 – 10.55	10.50 – 10.55	10.10 – 10.55	<i>Прогулка:</i> 9.40 – 10.40	
2-й завтрак					10.55 – 11.00
Подготовка к прогулке, выход на прогулку					11.00 – 11.10 <i>Пятница 9.30 – 9.40</i>
Дневная прогулка (игры, наблюдения, труд)					11.10 – 12.10 <i>Пятница 9.40 – 10.40</i>
Возвращение, с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к обеду					12.10 – 12.20 <i>Пятница</i> 10.40 – 10.55
Обед, подготовка ко сну					12.20 – 12.45
Дневной сон					12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры.					15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник.					15.30 – 15.50
Игры, совместная, самостоятельная, организованная, дополнительная образовательная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке.					15.50 – 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 подготовительной группы №3 «Реченька»
(6-7 лет)

Приём, игры, дежурство					07.00 – 08.15 <i>Понедельник</i> 7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика					8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак					8.25 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям					8.50 – 9.00
Занятия					
<i>понедельник</i>	<i>вторник</i>	<i>среда</i>	<i>четверг</i>	<i>пятница</i>	
8.00 – 8.30 <small>(физ)</small>	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30 <small>(муз)</small>	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30	
9.00 – 9.30	9.40 – 10.10 <small>(физ)</small>	9.40 – 10.10	9.40 – 10.10	1.11.10 – 11.40	
9.40 – 10.10	10.20 – 10.50	10.20 – 10.50	15.50 – 16.20 <small>(муз)</small>	2.11.45 – 12.15 <small>(бас)</small>	
Самостоятельная деятельность детей, игры, подготовка ко 2 завтраку					
10.10 – 10.55	10.50 – 10.55	10.50 – 10.55	10.10 – 10.55	9.40 – 10.55	
2-й завтрак					10.55 – 11.00
Игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей					11.00 – 11.10
Выход в свободное помещение, подвижные игры, ознакомление с помещениями ДОУ					11.45 – 12.15
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну.					12.15 – 12.45
Дневной сон					12.45 – 15.15
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, игры, подготовка к полднику.					15.15 – 15.30
Полдник.					15.30 – 15.50
Игры, совместная, самостоятельная, дополнительная образовательная деятельность, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке.					15.50 – 17.00
Индивид. работа, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой.					17.00 – 19.00

РЕЖИМ ДНЯ
НА ПЕРИОД АДАПТАЦИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 6 ДО 7 ЛЕТ.

Прием, игры, индивидуальная работа.	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа с детьми на основе неформального общения, подготовка ко второму завтраку	8.50 – 10.55
2-й завтрак	10.55 – 11.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00 – 12.10
Возвращение с прогулки	12.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	12.20 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Подъем, воздушные, процедуры, игры	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность педагога с детьми, подготовка к прогулке	15.50 – 17.00
Прогулка, уход детей домой	17.00 – 19.00

Ознакомлены:

Воспитатели: _____

Помощник воспитателя: _____

**РЕЖИМ ДНЯ
НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 6 ДО 7 ЛЕТ.**

Приём детей на участке, осмотр, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика.	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 - 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 - 12.00 (2.50)
Питьевой режим (2-й завтрак).	10.55 - 11.05
Возвращение с прогулки, оздоровительные закаливающие процедуры.	12.00 - 12.15
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	12.15 - 12.45
Дневной сон.	12.45 - 15.15
Подъём детей, гимнастика, воздушные процедуры.	15.15 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник.	15.30 - 15.45
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	15.45 - 16.30
Прогулка: блок совместной деятельности, игры, наблюдение, воздушно-солнечные процедуры, труд, индивидуальная работа.	16.30 - 19.00 (2.30)
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30 - 19.00

Ознакомлены:

Воспитатели _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

09.09.24 16:11 (MSK)

Сертификат B56946F39BBF9FDF11FF063CC838B6BB

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

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 83 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Алышева Любовь Николаевна (лицензия № 52-01-0000000-2016-001-001) (подпись руководителя), инструкторы по физ. культуре) 10.09.24 11:36 (MSK) Сертификат B56946F39BBF9FDF11FF063CC838B6BB