### Режим дня в группе кратковременного пребывания на холодный период года на 2023 - 2024 уч. год

ПРИНЯТО УТВЕРЖДЕНО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

		_	~ `		_	
Режимный момент	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	На плохую погоду
п °	00.00 00.15	<b>УТРО</b>	00.00 00.15	00.00 00.15	00.00 00.15	Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при
Прием, осмотр детей,	08.00 - 08.15	08.00 - 08.15	08.00 - 08.15	08.00 - 08.15	08.00 - 08.15	температуре воздуха
Оздоровительная гимнастика	08.15 – 08.25	08.15 – 08.25	08.15 – 08.25	08.15 – 08.25	08.15 – 08.25	ниже минус 15 °C и скорости ветра более
Самостоятельная деятельность детей, игры	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	08.25 – 08.30	08.25 - 08.30	7 м/с продолжительность прогулки для детей
Совместная деятельность педагога с детьми (занятие)	08.30 - 08.40	08.30 - 08.40	08.30 - 08.40	08.30 - 08.40	08.30 - 08.40	до 7 лет сокращают.  На этот период группам выделяется музыкальный зал.
Самостоятельная деятельность детей, игры	08.40 – 09.00	08.40 - 09.00	08.40 – 09.00	08.40 – 09.00	08.40 – 09.00	Воспитатель регулирует двигательную
Витаминный завтрак	09.00 - 09.20	09.00- 09.20	09.00- 09.20	09.00- 09.20	09.00- 09.20	активность детей,
Совместная воспит. – образ. деят-ть (игры, индивид работа)	09.20 - 09.50	09.20 - 09.50	09.20 - 09.50	09.20 – 09.50	09.20 - 09.50	используя вариативные формы работы по физической
Совместная деятельность педагога с детьми (занятие)	09.50 – 10.00	09.50 – 10.00	09.50 – 10.00	09.50 – 10.00	09.50 – 10.00	культуре. В группе в это время проводятся сквозное
Совместная воспит. – образ. деят-ть (игры, индивид работа)	10.00 – 10.20	10.00 – 10.20	10.00 – 10.20	10.00 – 10.20	10.00 – 10.20	проветривание и влажная уборка. Также организуются
Подготовка к прогулка: познавательно- речевая, предметная, игровая, самост. деятельность	10.20 - 11.50 (1ч. 30 мин.)	небольшие экскурсии по детскому саду, дети посещают выставки детского творчества, ходят «в гости».				
Возвращение с прогулки, уход домой	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	Утро: экскурсии по детскому саду,
<del></del>	<u> </u>	ВЕЧЕР		Г		игры спортивного
Прием детей на улице, прогулка: познават.речевая, предметная, игровая, самост. деятть	14.00 – 15.30 (1ч. 30 мин.)	характера, чтение произведений народного творчества, спокойные игры, рассматривание				
Возвращение с прогулки	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	различных объектов
Подготовка к	15.50 – 16.10	15.50 – 16.10	15.50 – 16.10	15.50 – 16.10	15.50 – 16.10	Вечер: просмотр
Полднику, полдник						мультфильмов, слайдов,
Совместная деятельность педагога с детьми (занятие)	16.10 – 16.20	16.10 – 16.20	16.10 – 16.20	16.10 – 16.20	16.10 – 16.20	индивидуальная работа (КГН), чтение
Совместная воспит. – образ. деят-ть (игры, индивид работа)	16.20 – 16.40	16.20 – 16.40	16.20 – 16.40	16.20 – 16.40	16.20 – 16.40	произведений народного творчества, игры.
Совместная деятельность педагога с детьми (занятие)	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	16.40 – 16.50	
Самостоятельная деят-ть детей, игры, индивид работа с детьми, уход домой	16.50 – 18.00	16.50 – 18.00	16.50 – 18.00	16.50 – 18.00	16.50 – 18.00	

### Режим дня в группе кратковременного пребывания на теплый период года на 2023 - 2024 уч. год

**ТРИНЯТО** УТВЕРЖДЕНО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб Сушкова Л.М.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

\_\_\_\_\_Елизарова Л.В.

\_\_\_\_\_ Сушкова Л.М. Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

Режимный момент	Время	Оздоровительные мероприятия	На плохую погоду
	УТРО	торонриятия	Согласно СанПиН 1.2.3685-
Прием детей на участке, осмотр, игры, индивидуальная работа, двигательная гимнастика.	08.00 - 09.00	Проветривание помещений, упр. на профилактику плоскостопия	21 при температуре воздуха ниже минус 15 °C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.
Витаминный завтрак	09.00 - 09.20	Привитие КГН, правильная осанка у детей	На этот период группам выделяется музыкальный зал. Воспитатель регулирует
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми	09.20 – 09.40	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	двигательную активность детей, используя вариативные формы работы по физической
Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивидуальная работа.	09.40 – 09.40	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону, собл. режима двиг.акт. на прогулке	культуре. В группе в это время проводятся сквозное проветривание и влажная уборка. Также организуются небольшие экскурсии по детскому саду, дети посещают
Возвращение с прогулки. Чтение произведений народного творчества, спокойные игры, рассматривание различных объектов. Уход домой	10.40-12.00	Привитие КГН Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	выставки детского творчества, ходят «в гости». Утро: экскурсии по детскому саду, игры спортивного характера, чтение произведений народного
	ВЕЧЕР		творчества, спокойные игры, рассматривание различных
Прием детей на улице, осмотр, игры, индивидуальная работа, двигательная гимнастика.	14.00-15.40	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	объектов  Вечер: просмотр  мультфильмов, слайдов,
Возвращение с прогулки	15.40 – 15.50	Привитие КГН	индивидуальная работа (КГН), чтение произведений народного творчества, игры.
Подготовка к полднику, полдник.	15.50 – 16.10	Привитие КГН, правильная осанка у детей	
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми	16.10 – 16.30	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	
Подготовка к прогулке, Прогулка: блок совместной деятельности, игры, наблюдение, воздушно- солнечные процедуры, труд, индивидуальная работа,	16.30 – 17.30	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону, собл. режима двиг.акт. на прогулке	
Возвращение с прогулки. Чтение произведений народного творчества, спокойные игры, рассматривание различных объектов. Уход домой	17.30-18.00	Привитие КГН Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	

#### Щадящий режим дня в группе кратковременного пребывания на 2023 - 2024 уч. год

#### принято

**УТВЕРЖДЕНО** 

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб Сушкова Л.М.

Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Вид деятельности в режиме дня.	Ограничения	Ответственный.
Приход в ДОУ	По возможности с 8.00 до 8. 30	Родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
Гигиенические процедуры (умывание)	Температура воды 18 – 20 градусов С, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель, помощник воспитателя
Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой).	-	Воспитатель
Питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник)	Первыми садятся за стол, докармливание детей младшего возраста	Воспитатель, помощник воспитателя
Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одеваются в последнюю очередь, выходят последними.	Воспитатель, помощник воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка, заменяется сухой.	Помощник воспитателя
Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Рук. по физ. воспитанию, воспитатель
Занятие статического, интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятия.	Специалисты ДОУ, воспитатель
Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроений, желаний ребенка.	Воспитатель
Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удаленные от окон, дверей	Воспитатель
Уход домой	По возможности до 17.00	Родители

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

### Режим двигательной активности в группе кратковременного пребывания на 2023 - 2024 уч. год

#### ПРИНЯТО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ № 28
Пушкинского района СПб
Сушкова Л.М.
Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Елизарова Л
-------------

Формы работы	Виды деятельности	Количество и длительность деятельности (в мин.) в зависимости от возраста детей
Физкультурные занятия	В помещении	2 зан. по 10 мин.
	Музыкальное занятие	2 зан. по 10 мин.
Музыкальные занятия	Культурно – досуговая деятельность. Музыкальный досуг	1 раз в месяц
	Музыкальные праздники	1 раз в квартал
	Утренняя зарядка (по желанию детей)	Ежедневно по 10 мин.
Физкультурно-	Гимнастика после дневного сна Ежедневно по вкультурно- тельная работа в Обучение спортивным упражнениям и	Ежедневно по 10 мин.
оздоровительная работа в режиме дня		1 раз в неделю 10 мин
	Гимнастика в середине статических занятий	ики       1 раз в квартал         ию детей)       Ежедневно по 10 мин.         ого сна       Ежедневно по 10 мин.         иснениям и на улице)       1 раз в неделю 10 мин         итических       По 2 мин. на каждом статическом занятии         уг       -
	Физкультурный досуг	-
	Физкультурный праздник	-
Активный отдых	День здоровья	-
	Туристические прогулки и экскурсии	-
Самостоятельная	Самостоятельное использование спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
двигательная деятельность	Самостоятельные подвижные игры на свежем воздухе и в помещении	Ежедневно

### Режим дня в младшей группе общеразвивающей направленности на холодный период года на 2023 - 2024 уч. год

**ПРИНЯТО** УТВЕРЖДЕНО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб \_\_\_\_\_ Сушкова Л.М.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

\_\_\_\_\_Елизарова Л.В.

Приказ № 55-O от «31» августа 2023 г.

Режимный момент	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	На плохую погоду
Прием и осмотр детей, самост. деятельность, игры	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха
Утренняя гимнастика	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	ниже минус 15 °C и скорости ветра более 7
Подготовка к завтраку, КГН	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	08.25 – 08.30	08.25 - 08.30	08.25 – 08.30	м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.
Завтрак	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	На этот период
Самостельная игровая деят-ть детей	08.50 - 09.00	08.50 - 09.00	08.50 - 09.00	08.50 - 09.00	08.50 – 09.00	группам выделяется музыкальный зал. Воспитатель регулирует
Совместная образ. деят-ть (занятия, игры, индивид работа)	09.00 – 10.00	09.00 – 10.00	09.00 – 10.00	09.00 – 10.00	09.00 – 10.00	двигательную активность детей, используя вариативные формы работы по
Витаминный завтрак			с 10.00 до 10.10			физической культуре. В группе в это время
Подготовка к	10.10 -11.40	10.10 -11.40	10.10 -11.40	10.10 -11.40	10.10 -11.40	проводятся сквозное
прогулке, прогулка,	(1ч.30мин.)	(1ч.30мин.)	(1ч.30мин.)	(1ч.30мин.)	(1ч.30мин.)	проветривание и
Возвращение с прогулки	11.40 – 12.00	11.40 – 12.00	11.40 – 12.00	11.40 – 12.00	11.40 – 12.00	влажная уборка. Также организуются небольшие экскурсии по детскому саду, дети посещают выставки
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.00 – 12.25	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.30	12.30 – 15.30	12.30 – 15.30	12.30 – 15.30	12.25 – 15.25	детского творчества, ходят «в гости».
Постепенный подъем, воздушные ванны	15.30 – 15.40	15.30 – 15.40	15.30 – 15.40	15.30 – 15.40	15.25 – 15.35	ходят «в гости».  Утро: экскурсии по детскому саду, игры спортивного характера,
Культурно – досуговая деятельность					15.35 – 15.50	чтение произведений народного творчества, спокойные игры,
Совместная образ. деят-ть (игры, индивид работа)	15.40 – 15.50	15.40 – 15.50	15.40 – 15.50	15.40 – 15.50		рассматривание различных объектов Вечер: просмотр мультфильмов,
Подготовка к полднику, полдник	15.50 – 16.10	15.50 – 16.10	15.50 – 16.10	15.50 – 16.10	15.50 – 16.10	слайдов, индивидуальная работа (КГН), чтение
Игры, самостоятельная деятельность, индивид. работа с детьми	16.10 – 16.30	16.10 – 16.30	16.10 – 16.30	16.10 – 16.30	16.10 – 16.30	произведений народного творчества, игры.
Подготовка к	16.30 – 18.10	16.30 – 18.10	16.30 – 18.10	16.30 – 18.10	16.30 – 18.10	
прогулке, прогулка	(1ч. 40мин.)	(1ч. 40мин.)	(1ч. 40мин.)	(1ч. 40мин.)	(1ч. 40мин.)	_
Игры, самостоятельная деятельность	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00	

### Режим дня в младшей группе общеобразовательной направленности на теплый период года на 2023 - 2024 уч. год

#### ПРИНЯТО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

# УТВЕРЖДЕНО Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб \_\_\_\_\_ Сушкова Л.М. Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Режимный момент	Время	Оздоровительные мероприятия	На плохую погоду
Прием и осмотр детей на улице, самостоятельная деятельность, игры	07.00 - 08.10	Проветривание помещений	Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при
Утренняя гимнастика на улице	08.10 - 08.20	Упр. на проф. плоскостопия	температуре воздуха ниже минус 15 °C и
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, КГН	08.20 - 08.30	Привитие КГН, формирование ЗОЖ	скорости ветра более 7 м/с продолжительность
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50	Привитие КГН, правильная осанка у детей	прогулки для детей до 7 лет сокращают.
Игры, индивид. работа, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	08.50 – 09.10	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	На этот период группам выделяется музыкальный зал.
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивид. работа.	09.10 – 10.00	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону	музыкальный зал. Воспитатель регулирует двигательную
Витаминный завтрак	10.00 - 10.10	Привитие КГН	активность детей,
Самостоятельная игровая деят-ть детей	10.10 – 10.30	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	используя вариативные формы работы по физической
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивид. работа.	10.30 - 11.40	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону	культуре. В группе в это время проводятся сквозное
Возвращение с прогулки, водные процедуры, ополаскивание ног прохладной водой	11.40 – 12.00	Соблюдение режима закаливания	проветривание и влажная уборка. Также организуются
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	Привитие КГН	небольшие экскурсии по детскому саду, дети
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.30	Дневной сон при открытых фрамугах	посещают выставки детского творчества,
Постепенный подъем, воздушные ванны	15.30 – 15.40	Соблюдение режима закаливания.	ходят «в гости».
Игры, самостоятельная деятельность, индивид. работа с детьми	15.40 – 15.50	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	Утро: экскурсии по детскому саду, игры спортивного характера, чтение произведений
Подготовка к полднику, полдник	15.50 – 16.10	Привитие КГН, правильная осанка у детей	народного творчества, спокойные игры,
Подготовка к прогулке, прогулка: блок совместной деятельности, игры, наблюдение, воздушно-солнечные процедуры, труд, индивид. работа	16.10 – 18.20	Одежда детей по сезону Контроль питьевого режима, солнечные ванны	рассматривание различных объектов Вечер: просмотр мультфильмов,
Возвращение с прогулки, уход детей домой	18.20 – 19.00		слайдов, индивидуальная работа (КГН), чтение произведений народного творчества, игры.

#### Щадящий режим дня

### в младшей группе общеразвивающей направленности на 2023 - 2024 уч. год принято утверждено

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб \_\_\_\_\_ Сушкова Л.М.

Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Вид деятельности в режиме дня.	Ограничения	Ответственный.
Приход в ДОУ	По возможности с 8.00 до 8. 30	Родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
Гигиенические процедуры	Температура воды 18 – 20 градусов С,	Воспитатель, помощник
(умывание)	тщательное вытирание рук, лица	воспитателя
Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой).	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель
Питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник)	Первыми садятся за стол, докармливание детей младшего возраста	Воспитатель, помощник воспитателя
Сборы на прогулку (утреннюю,	Одеваются в последнюю очередь, выходят	Воспитатель, помощник
вечернюю), выход на прогулку	последними.	воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка, заменяется сухой.	Помощник воспитателя
Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Рук. по физ. воспитанию, воспитатель
Занятие статического,	Вовлечение в активную интеллектуальную	Специалисты ДОУ,
интеллектуального плана	деятельность в первой половине занятия.	воспитатель
Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель
Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроений, желаний ребенка.	Воспитатель
Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удаленные от окон, дверей	Воспитатель
Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

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

### Режим двигательной активности в младшей группе общеразвивающей направленности на 2023 - 2024 уч. год

#### ПРИНЯТО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ № 28
Пушкинского района СПб
\_\_\_\_\_ Сушкова Л.М.
Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Елизарова Л.В.

Формы работы	Виды деятельности	Количество и длительность деятельности (в мин.) в зависимости от возраста детей
Физкультурные занятия	В помещении	2 зан. по 15 мин
	Музыкальное занятие	2 зан. по 15 мин
Музыкальные занятия	Культурно – досуговая деятельность. Музыкальный досуг	1 раз в месяц
	Музыкальные праздники	1 раз в квартал
	Утренняя зарядка (по желанию детей)	Ежедневно по 10 мин.
Физкультурно-	Гимнастика после дневного сна Ежер	Ежедневно по 10 мин.
Физкультурно-         Обучение спортивным упражнения.	Обучение спортивным упражнениям и подвижным играм (ФИЗО на улице)	1 раз в неделю 15 мин
	Гимнастика в середине статических занятий	2 зан. по 15 мин  Праз в месяц  Праз в квартал  Ежедневно по 10 мин.  Ежедневно по 10 мин.  В раз в неделю 15 мин  По 2 мин. на каждом статическом занятии  1 раз в мес. по 20-25 мин.  1 раз в квартал  Сскурсии  - Сование  Ежедневно
	Физкультурный досуг	1 раз в мес. по 20-25 мин.
Активный отдых	Физкультурный праздник	-
Активныи отдых	День здоровья	1 раз в квартал
	Туристические прогулки и экскурсии	-
Самостоятельная	Самостоятельное использование спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
двигательная деятельность	Самостоятельные подвижные игры на свежем воздухе и в помещении	Ежедневно

### Режим дня в средней группе общеразвивающей направленности на холодный период года на 2023 - 2024 уч. год

#### **ПРИНЯТО** УТВЕРЖДЕНО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб Сушкова Л.М.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

\_\_\_\_\_Елизарова Л.В.

Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

	- :		~ .		_	
Режимный момент	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	На плохую погоду
Прием и осмотр детей, самост. деятельность, игры	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре
Утренняя гимнастика	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с
Подготовка к завтраку, КГН	08.25 – 08.30	08.25 – 08.30	08.25 – 08.30	08.25 – 08.30	08.25 – 08.30	продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. На этот период
Завтрак	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	группам группам выделяется музыкальный зал.
Самостельная игровая деят-ть детей	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00	Воспитатель регулирует двигательную
Совместная образ. деят-ть (занятия, игры, индивид работа)	09.00 – 10.15	09.00 – 10.15	09.00 – 10.15	09.00 – 10.15	09.00 – 10.15	активность детей, используя вариативные
Витаминный завтрак			с 10.15 до 10.25			формы работы по физической культуре. В группе
Подготовка к прогулке, прогулка,	10.25 – 11.55 (1ч. 30мин.)	10.25 – 11.55 (1ч. 30мин.)	10.25 – 11.55 (1ч. 30мин.)	10.25 — 11.55 (1ч. 30мин.)	10.25 — 11.55 (1ч. 30мин.)	в это время проводятся сквозное
Возвращение с прогулки	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15	проветривание и влажная уборка. Также
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45	организуются небольшие экскурсии по
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15	детскому саду, дети посещают выставки детского творчества, ходят
Постепенный подъем, воздушные ванны	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	«в гости».  Утро: экскурсии по детскому саду,
Культурно – досуговая деятельность					15.25 – 15.45	игры спортивного характера, чтение произведений
Совместная образ. деят-ть (игры, индивид работа)	15.25 – 16.00	15.25 – 16.00	15.25 – 16.00	15.25 – 16.00	15.45 – 16.00	народного творчества, спокойные игры,
Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.20	16.00 – 16.20	16.00 – 16.20	16.00 – 16.20	16.00 – 16.20	рассматривание различных объектов <b>Вечер</b> : просмотр
Игры, самостоятельная деятельность, индивид. работа с детьми	16.20 – 16.40	16.20 – 16.40	16.20 – 16.40	16.20 – 16.40	16.20 – 16.40	мультфильмов, слайдов, индивидуальная работа (КГН),
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 – 18.10 (1ч. 30мин.)	чтение произведений народного				
Игры, самостоятельная деятельность	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00	творчества, игры.

### Режим дня в средней группе общеразвивающей направленности на теплый период года на 2023 - 2024 уч. год

#### принято

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ № 28
Пушкинского района СПб
\_\_\_\_\_ Сушкова Л.М.
Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Режимный момент	ежимный момент Время Оздоровительные мероприятия		На плохую погоду		
Прием и осмотр детей на улице, самостоятельная деятельность, игры	07.00 - 08.10	Проветривание помещений	Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при		
Утренняя гимнастика на улице 08.10 - 08.20 Упр. на проф. плоскост		Упр. на проф. плоскостопия	температуре воздуха ниже минус 15 °C и		
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, КГН	08.20 - 08.30	Привитие КГН, формирование ЗОЖ	скорости ветра более 7 м/с продолжительность		
Подготовка к завтраку, завтрак	Подготовка к завтраку, завтрак 08.30 – 08.50 Привитие КГН, правильная осанка у детей		прогулки для детей до 7 лет сокращают.		
Игры, индивид. работа, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	08.50 - 09.15	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	На этот период группам выделяется		
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивид. работа.	09.15 – 10.15	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону	музыкальный зал. Воспитатель регулирует двигательную		
Витаминный завтрак	10.15 - 10.25	Привитие КГН	активность детей,		
Самостоятельная игровая деят-ть детей	10.25 – 10.45	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	используя вариативные формы работы по физической		
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивид. работа.	10.45 - 11.55	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону	культуре. В группе в это время проводятся сквозное		
Возвращение с прогулки, водные процедуры, ополаскивание ног прохладной водой	11.55 – 12.15	Соблюдение режима закаливания	проветривание и влажная уборка. Также организуются		
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 12.45	Привитие КГН	небольшие экскурсии по детскому саду, дети		
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.15	Дневной сон при открытых фрамугах	посещают выставки детского творчества,		
Постепенный подъем, воздушные ванны	15.15 – 15.25	Соблюдение режима закаливания.	ходят «в гости».		
Игры, самостоятельная деятельность, индивид. работа с детьми	15.25 – 16.00	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	Утро: экскурсии по детскому саду, игры спортивного характера,		
Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.20	Привитие КГН, правильная осанка у детей	чтение произведений народного творчества,		
Подготовка к прогулке, прогулка: блок совместной деятельности, игры, наблюдение, воздушно-солнечные процедуры, труд, индивид. работа	отулка: блок и, игры, олнечные Одежда детей по сезону Контроль питьевого режима,		спокойные игры, рассматривание различных объектов Вечер: просмотр		
Возвращение с прогулки, уход детей домой	18.20 – 19.00		мультфильмов, слайдов, индивидуальная работа (КГН), чтение произведений народного творчества, игры.		

#### Щадящий режим дня

#### в средней группе общеразвивающей направленности на 2023 - 2024 уч. год

#### ПРИНЯТО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ № 28
Пушкинского района СПб
\_\_\_\_\_ Сушкова Л.М.
Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Вид деятельности в режиме дня.	Ограничения	Ответственный.
Приход в ДОУ	По возможности с 8.00 до 8. 30	Родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
Гигиенические процедуры	Температура воды 18 – 20 градусов С,	Воспитатель, помощник
(умывание)	тщательное вытирание рук, лица	воспитателя
Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой).	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель
Питание (завтрак, 2-й завтрак, обед,	Первыми садятся за стол, докармливание	Воспитатель, помощник
полдник)	детей младшего возраста	воспитателя
Сборы на прогулку (утреннюю,	Одеваются в последнюю очередь, выходят	Воспитатель, помощник
вечернюю), выход на прогулку	последними.	воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка, заменяется сухой.	Помощник воспитателя
Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Рук. по физ. воспитанию, воспитатель
Занятие статического,	Вовлечение в активную интеллектуальную	Специалисты ДОУ,
интеллектуального плана	деятельность в первой половине занятия.	воспитатель
Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель
Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроений, желаний ребенка.	Воспитатель
Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удаленные от окон, дверей Воспитатели	
Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

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

### Режим двигательной активности в средней группе общеразвивающей направленности на 2023 - 2024 уч. год

#### принято

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Формы работы	Виды деятельности	Количество и длительность деятельности (в мин.) в зависимости от возраста детей	
Физкультурные занятия	В помещении	2 зан. по 20 мин.	
	Музыкальное занятие	2 зан. по 20 мин.	
Музыкальные занятия	Культурно – досуговая деятельность. Музыкальный досуг	1 раз в месяц	
	Музыкальные праздники	1 раз в квартал	
	Утренняя зарядка (по желанию детей)	Ежедневно по 10 мин.	
Физкультурно- оздоровительная работа в режиме дня	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно по 10 мин.	
	Обучение спортивным упражнениям и подвижным играм (ФИЗО на улице)	1 раз в неделю 20 мин	
	Гимнастика в середине статических занятий	По 2 мин. на каждом статическом занятии	
	Физкультурный досуг	1 раз в мес. по 20-25 мин.	
	Физкультурный праздник	2 раза в год, длительностью не более 1ч. – 1.5ч.	
Активный отдых	День здоровья	1 раз в квартал	
	Туристические прогулки и экскурсии	-	
Самостоятельная	Самостоятельное использование спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	
двигательная деятельность	Самостоятельные подвижные игры на свежем воздухе и в помещении	Ежедневно	

### Режим дня в старшей группе общеразвивающей направленности на холодный период года на 2023 - 2024 уч. год

**ПРИНЯТО** УТВЕРЖДЕНО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб \_\_\_\_\_ Сушкова Л.М.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

\_\_\_\_\_Елизарова Л.В.

Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

Режимный момент	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	На плохую погоду
Прием и осмотр детей,	11011COCHOILUR	Dinophuk	Среди	Ιοπουρε	11mmuu	Согласно СанПиН
самост. деятельность,	07.00 - 08.15	07.00 - 08.15	07.00 - 08.15	07.00 - 08.15	07.00 - 08.15	1.2.3685-21 при
игры					0,,,,,	температуре воздуха
•	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	ниже минус 15 °C и
Утренняя гимнастика	08.13 - 08.23	08.13 - 08.23	08.13 - 08.23	06.13 - 06.23	06.13 - 06.23	скорости ветра более
Подготовка к завтраку, КГН	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	7 м/с продолжительность
Завтрак	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	прогулки для детей до 7 лет сокращают.
Самостельная игровая деят-ть детей	08.50 - 09.00	08.50 - 09.00	08.50 - 09.00	08.50 - 09.00	08.50 - 09.00	На этот период группам выделяется
Совместная образ. деят-						музыкальный зал.
ть (занятия, игры,	09.00 - 10.25	09.00 - 10.15	09.00 - 10.15	09.00 - 10.15	09.00 - 10.15	Воспитатель
индивид работа)				.,	0,100	регулирует
	10.25 – 10.35		10.1	5 – 10.25		двигательную
Витаминный завтрак	10.25 - 10.35		10.1	15 – 10.25	T	активность детей, используя
Самостельная игровая			10.25 – 10.50			вариативные формы
деят-ть детей			10.20 10.00			работы по
Совместная образ. деят-			10.50 - 11.15		10.25 - 10.50	физической
ть (занятие)	10.25 12.10	10.05 10.10		10.00		культуре. В группе в
Подготовка к прогулке,	10.35 – 12.10	10.25 – 12.10	11.15 – 12.15	10.25 – 12.10	10.50 – 12.10	это время проводятся
прогулка,	(1ч. 35мин.)	(1ч. 45мин.)	(1ч.00 мин)	(1ч. 45мин.)	(1ч. 20мин.)	сквозное
Возвращение с прогулки	12.10 – 12.30	12.10 – 12.30	12.15 – 12.30	12.10 – 12.30	12.10 – 12.30	проветривание и влажная уборка.
Совместная воспит. –						Также
образ. деят-ть (занятия)						организуются
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50	небольшие экскурсии по детскому саду,
Подготовка ко сну,	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	дети посещают
дневной сон	12.30 - 13.20	12.30 - 13.20	12.30 - 13.20	12.30 - 13.20	12.30 - 13.20	выставки детского
Постепенный подъем,	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	творчества, ходят «в гости».
воздушные ванны	13.20 13.30	13.20 13.30	13.20 13.30	13.20 13.30	13.20 13.30	Утро: экскурсии по
Самостельная игровая	15.30 – 15.40	15.30 – 15.40	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.55	детскому саду, игры
деят-ть детей						спортивного
Занятие / Культурно –	15.40 – 16.05	15.40 – 16.05			15.55 – 16.20	характера, чтение
досуговая деятельность						произведений
Совместная образ. деят-	16.05 16.20	16.05 16.20	15 50 16 20	15.50 16.20		народного
ть (игры, индивид работа)	16.05 - 16.20	16.05 – 16.20	15.50 – 16.20	15.50 – 16.20		творчества, спокойные игры,
Подготовка к						рассматривание
полднику, полдник	16.20 – 16.40	16.20 – 16.40	16.20 - 16.40	16.20 - 16.40	16.20 – 16.40	различных объектов
Подготовка к прогулке,						Вечер: просмотр
прогулка –наверно надо						мультфильмов,
отдельно делать	16.40 – 18.10	16.40 – 18.10	16.40 – 18.40	16.40 - 18.10	16.40 – 18.20	слайдов,
подготовку к прогулке и	(1ч. 30мин.)	(1ч. 30мин.)	(2ч. 00мин.)	(1ч. 30мин.)	(1ч. 40мин.)	индивидуальная
саму прогулку						работа (КГН), чтение
						<ul><li>произведений народного</li></ul>
Игры, самостоятельная деятельность	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00	18.30 – 19.00	18.10 – 19.00	18.20 – 19.00	народного творчества, игры.

### Режим дня в старшей группе общеразвивающей направленности на теплый период года на 2023 - 2024 уч. год

ПРИНЯТО УТВЕРЖДЕНО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб \_\_\_\_\_ Сушкова Л.М.

Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Режимный момент	Время	Оздоровительные мероприятия	На плохую погоду
Прием и осмотр детей на улице, самостоятельная деятельность, игры	07.00 - 08.10	Проветривание помещений	Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при
Утренняя гимнастика на улице	08.10 - 08.20	Упр. на проф. плоскостопия	температуре воздуха ниже минус 15 °C и
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, КГН	08.20 - 08.30	Привитие КГН, формирование ЗОЖ	скорости ветра более 7 м/с продолжительность
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50	Привитие КГН, правильная осанка у детей	прогулки для детей до 7 лет сокращают.
Игры, индивид. работа, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	08.50 - 09.15	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	На этот период группам выделяется
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивид. работа.	09.15 – 10.15	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону	музыкальный зал. Воспитатель регулирует двигательную активность детей,
Витаминный завтрак	10.15 - 10.25	Привитие КГН	используя вариативные
Самостоятельная игровая деят-ть детей	10.25 – 10.45	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	формы работы по физической культуре. В группе в это время
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивид. работа.	10.45 - 12.10	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону	проводятся сквозное проветривание и влажная уборка.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, ополаскивание ног прохладной водой	12.10 – 12.30	Соблюдение режима закаливания	Также организуются небольшие экскурсии по детскому саду, дети
Подготовка к обеду, обед	12.30 - 12.50	Привитие КГН	посещают выставки детского творчества,
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.20	Дневной сон при открытых фрамугах	ходят «в гости». Утро: экскурсии по
Постепенный подъем, воздушные ванны	15.20 – 15.30	Соблюдение режима закаливания.	детскому саду, игры
Игры, самостоятельная деятельность, индивид. работа с детьми	15.30 – 16.20	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	спортивного характера, чтение произведений народного творчества,
Подготовка к полднику, полдник	16.20 – 16.40	Привитие КГН, правильная осанка у детей	спокойные игры, рассматривание
Подготовка к прогулке, прогулка: блок совместной деятельности, игры, наблюдение, воздушно-солнечные процедуры, труд, индивид. работа	16.40 – 18.20	Одежда детей по сезону Контроль питьевого режима, солнечные ванны	рассматривание различных объектов Вечер: просмотр мультфильмов, слайдов, индивидуальная работа
Возвращение с прогулки, уход детей домой	18.20 – 19.00		(КГН), чтение произведений народного творчества, игры.

#### Щадящий режим дня

#### в старшей группе общеразвивающей направленности на 2023 - 2024 уч. год

#### ПРИНЯТО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО** Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб Сушкова Л.М. Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Елизарова Л.В.

Вид деятельности в режиме дня.	Ограничения	Ответственный.
Приход в ДОУ	По возможности с 8.00 до 8. 30	Родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
Гигиенические процедуры (умывание)	Температура воды 18 – 20 градусов С, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель, помощник воспитателя
Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой).	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель
Питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник)	Первыми садятся за стол, докармливание детей младшего возраста	Воспитатель, помощник воспитателя
Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одеваются в последнюю очередь, выходят последними.	Воспитатель, помощник воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка, заменяется сухой.	Помощник воспитателя
Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Рук. по физ. воспитанию, воспитатель
Занятие статического, интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятия.	Специалисты ДОУ, воспитатель
Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель
Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроений, желаний ребенка.	Воспитатель
Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удаленные от окон, дверей Воспитатель	
Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

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

### Режим двигательной активности в старшей группе общеразвивающей направленности на 2023 - 2024 уч. год

#### ПРИНЯТО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ № 28
Пушкинского района СПб
\_\_\_\_\_ Сушкова Л.М.
Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Формы работы	Виды деятельности	Количество и длительность деятельности (в мин.) в зависимости от возраста детей	
Физкультурные занятия	В помещении	2 зан. по 25 мин.	
	Музыкальное занятие	2 зан. по 25 мин.	
Музыкальные занятия	Культурно – досуговая деятельность. Музыкальный досуг	1 раз в месяц	
	Музыкальные праздники	2 раза в квартал	
	Утренняя зарядка (по желанию детей)	Ежедневно по 10 мин.	
Физкультурно- оздоровительная работа в режиме дня	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно по 10 мин.	
	Обучение спортивным упражнениям и подвижным играм (ФИЗО на улице)	1 раз в неделю 25 мин	
	Гимнастика в середине статических занятий	По 2 мин. на каждом статическом занятии	
	Физкультурный досуг	1 раз в мес. по 30-40 мин.	
	Физкультурный праздник	2 раза в год, длительностью не более 1.5ч.	
Активный отдых	День здоровья	1 раз в квартал	
	Туристические прогулки и экскурсии	Общая продолжительность прогулки 1.5ч. – 2ч.	
Самостоятельная	Самостоятельное использование спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	
двигательная деятельность	Самостоятельные подвижные игры на свежем воздухе и в помещении	Ежедневно	

### Режим дня в подготовительной группе общеразвивающей направленности на холодный период года на 2023 - 2024 уч. год

ПРИНЯТО

**УТВЕРЖДЕНО** 

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб Сушкова Л.М.

Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Режимный момент	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	На плохую погоду
Прием и осмотр детей, самост. деятельность, игры	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15	Согласно СанПиН 1.2.3685- 21 при температуре
Утренняя гимнастика	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	08.15 - 08.25	воздуха ниже минус 15 °С и скорости
Подготовка к завтраку, КГН	08.25 – 08.30	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	08.25 - 08.30	ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей
Завтрак	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	08.30 - 08.50	до 7 лет сокращают. На этот период
Самостельная игровая деят-ть детей	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00	08.50 - 09.00	08.50 - 09.00	08.50 – 09.00	группам выделяется музыкальный зал.
Совместная образ. деят-ть (занятия, игры, индивид работа)	09.00 – 10.20	09.00 – 10.20	09.00 – 10.20	09.00 – 10.20	09.00 – 10.20	Воспитатель регулирует двигательную
Витаминный завтрак			10.20 – 10.30			активность детей, используя вариативные
Самостельная игровая деят-ть детей		10.30 – 10.55				формы работы по физической культуре. В группе
Совместная образ. деят-ть (занятие)	10.30 – 11.00	10.55 – 11.25				в это время проводятся
Подготовка к прогулке, прогулка,	11.00- 12.15 (1ч. 15мин)	11.25 – 12.15 (50 мин)	10.30 – 11.45 (1ч.15мин)	10.30 — 11.45 (1ч.15мин)	10.30 – 11.45 (1ч.15мин)	сквозное проветривание и влажная уборка.
Возвращение с прогулки	12.15 – 12.30	12.15 – 12.30	11.45 – 12.00	11.45 – 12.00	11.45 – 12.00	Также организуются небольшие
Совместная воспит. – образ. деят-ть (занятия)			12.00- 12.30	12.00- 12.30	12.00- 12.30	экскурсии по детскому саду, дети
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50	посещают выставки детского творчества, ходят
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	«в гости». Утро: экскурсии по детскому саду,
Постепенный подъем, воздушные ванны	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	игры спортивного характера, чтение
Самостельная игровая деят-ть детей	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	произведений народного творчества,
Культурно – досуговая деятельность					16.00 – 16.30	спокойные игры, рассматривание
Совместная образ. деят-ть (игры, индивид работа)	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30		различных объектов Вечер: просмотр
Подготовка к полднику, полдник	16.30 – 16.45	16.30 – 16.45	16.30 – 16.45	16.30 – 16.45	16.30 – 16.45	мультфильмов, слайдов, индивидуальная
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45 – 18.30 (1ч. 45мин.)	16.45 — 19.00 (2 ч. 15мин)	16.45 — 18.30 (1ч. 45мин.)	16.45 – 18.30 (1ч. 45мин.)	16.45 – 18.30 (1ч. 45мин.)	работа (КГН), чтение произведений народного
Игры, самостоятельная деятельность	18.30 – 19.00	19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	народного творчества, игры.

### Режим дня в подготовительной группе общеразвивающей направленности на теплый период года на 2023 - 2024 уч. год

#### ПРИНЯТО

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

# УТВЕРЖДЕНО Заведующий ГБДОУ № 28 Пушкинского района СПб \_\_\_\_\_ Сушкова Л.М. Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Режимный момент	Время	Оздоровительные	На плохую погоду
	1	мероприятия	
Прием и осмотр детей на улице, самостоятельная деятельность, игры	07.00 – 08.10	Проветривание помещений	Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при
Утренняя гимнастика на улице	08.10 - 08.20	Упр. на проф. плоскостопия	температуре воздуха ниже минус 15 °C и
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, КГН	08.20 - 08.30	Привитие КГН, формирование ЗОЖ	скорости ветра более 7 м/с продолжительность
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50	Привитие КГН, правильная осанка у детей	прогулки для детей до 7 лет сокращают.
Игры, индивид. работа, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	08.50 – 09.20	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	На этот период группам выделяется
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивид. работа.	09.20 – 10.30	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону	музыкальный зал. Воспитатель регулирует двигательную активность детей,
Витаминный завтрак	10.20 - 10.30	Привитие КГН	используя вариативные
Самостоятельная игровая деят-ть детей	10.30 – 10.40	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	формы работы по физической культуре. В группе в это время
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивид. работа.	10.40 - 12.10	Контроль питьевого режима, солнечные ванны, одежда детей по сезону	проводятся сквозное проветривание и влажная уборка.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, ополаскивание ног прохладной водой	12.10 – 12.30	Соблюдение режима закаливания	Также организуются небольшие экскурсии по детскому саду, дети
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50	Привитие КГН	посещают выставки детского творчества,
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.20	Дневной сон при открытых фрамугах	ходят «в гости». Утро: экскурсии по
Постепенный подъем, воздушные ванны	15.20 – 15.30	Соблюдение режима закаливания.	детскому саду, игры
Игры, самостоятельная деятельность, индивид. работа с детьми	15.30 – 16.30	Наблюдение воспитателя за взаимоотношениями детей в игре.	спортивного характера, чтение произведений народного творчества,
Подготовка к полднику, полдник	16.30 – 16.45	Привитие КГН, правильная осанка у детей	спокойные игры, рассматривание
Подготовка к прогулке, прогулка: блок совместной деятельности, игры, наблюдение, воздушно-солнечные процедуры, труд, индивид. работа	16.45 – 18.20	Одежда детей по сезону Контроль питьевого режима, солнечные ванны	различных объектов Вечер: просмотр мультфильмов, слайдов, индивидуальная работа
Возвращение с прогулки, уход детей домой	18.20 – 19.00		(КГН), чтение произведений народного творчества, игры.

## Щадящий режим дня в подготовительной группе общеразвивающей направленности на 2023 - 2024 уч. год

Пенаторимским советом

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ № 28
Пушкинского района СПб
\_\_\_\_\_ Сушкова Л.М.
Приказ № 55-О от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28

Prod dogman and a company of the data	Omanuu auua	Om a am am a avveri
Вид деятельности в режиме дня.	Ограничения	Ответственный.
Приход в ДОУ	По возможности с 8.00 до 8. 30	Родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
Гигиенические процедуры	Температура воды 18 – 20 градусов С,	Воспитатель, помощник
(умывание)	тщательное вытирание рук, лица	воспитателя
Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой).	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель
Питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник)	Первыми садятся за стол, докармливание детей младшего возраста	Воспитатель, помощник воспитателя
Сборы на прогулку (утреннюю,	Одеваются в последнюю очередь, выходят	Воспитатель, помощник
вечернюю), выход на прогулку	последними.	воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка, заменяется сухой.	Помощник воспитателя
Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Рук. по физ. воспитанию, воспитатель
Занятие статического,	Вовлечение в активную интеллектуальную	Специалисты ДОУ,
интеллектуального плана	деятельность в первой половине занятия.	воспитатель
Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель
Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроений, желаний ребенка.	Воспитатель
Самостоятельная деятельность	Б Предлагать места, удаленные от окон, дверей Воспитател	
Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

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

## Режим двигательной активности в подготовительной группе общеразвивающей направленности на 2023 - 2024 уч. год

П	PI	И	H	Я	Т	N

Педагогическим советом протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ № 28
Пушкинского района СПб
Сушкова Л.М.
Приказ № 55-O от «31» августа 2023 г.

#### СОГЛАСОВАНО

Врач ГБДОУ №28 \_\_\_\_\_Елизарова Л.В.

Формы работы	Виды деятельности	Количество и длительность деятельности (в мин.) в зависимости от возраста детей
Физкультурные занятия	В помещении	2 зан. по 30 мин.
Музыкальные занятия	Музыкальное занятие	2 зан. по 30 мин.
	Культурно – досуговая деятельность. Музыкальный досуг	1 раз в месяц
	Музыкальные праздники	2 раза в квартал
Физкультурно- оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя зарядка (по желанию детей)	Ежедневно по 10 мин.
	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно по 10 мин.
	Обучение спортивным упражнениям и подвижным играм (ФИЗО на улице)	1 раз в неделю 30 мин
	Гимнастика в середине статических занятий	По 2 мин. на каждом статическом занятии
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в мес. по 40-45 мин.
	Физкультурный праздник	2 раза в год, длительностью не более 1.5ч.
	День здоровья	1 раз в квартал
	Туристические прогулки и экскурсии	Общая продолжительность прогулки 2ч. – 2.5ч.
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные игры на свежем воздухе и в помещении	Ежедневно