

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детский сад №70
Невского района г. Санкт – Петербурга
Макарова Н.Ю.



РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, холодный период года с сентября по май)

| Процессы Виды деятельности | 2 младшая группа (3-4 года) | Средняя группа (4-5 лет) | Старшая группа (5-6 лет) | Подготови- тельная группа (6-7 лет) |
|--|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|--|
| Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа | 07.00 - 08.05 | 07.00 - 08.10 | 07.00 - 08.15 | 07.00 - 08.20 |
| Утренняя гимнастика | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.10 - 08.40 | 08.20 - 08.45 | 08.25 - 08.45 | 08.30 - 08.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности | 08.40 – 09.00 | 08.45 – 09.00 | 08.45 – 09.00 | 08.50 – 09.00 |
| Занятия (занятия со специалистами) | 09.00 – 09.40 | 09.00 – 10.00 | 09.00 – 10.45 | 09.00 – 10.50 |
| Перерыв между занятиями | 10 минут | 10 минут | 10 минут | 10 минут |
| 2-й завтрак | 09.50 – 10.00 | 10.10 – 10.20 | 10.10 – 10.20 | 10.10 – 10.20 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки. | 10.00 – 12.00 | 10.20 – 12.10 | 10.45 – 12.20 | 10.50 – 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.30 | 12.10 – 12.40 | 12.20 – 12.45 | 12.25 – 12.50 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30 – 15.10 | 12.40 – 15.10 | 12.25 – 15.15 | 12.50 – 15.20 |
| Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг | 15.10 – 15.30 | 15.10 – 15.30 | 15.15 – 15.25 | 15.20 – 15.30 |
| Полдник | 15.30 – 15.50 | 15.30 – 15.50 | 15.25 – 15.45 | 15.30 -15.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки | 15.50 – 16.45 | 15.50 – 16.50 | 15.45 – 16.50 | 15.45 - 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.45 – 18.15 | 16.50 – 18.20 | 16.50 – 18.20 | 16.50 – 18.20 |
| Возвращение с прогулки, игровая, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 18.15 – 19.00 | 18.20 – 19.00 | 18.20 – 19.00 | 18.20 – 19.00 |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детский сад №70
Невского района г.Санкт – Петербурга
Макарова Н.Ю.



РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, тёплый период года с мая по август)

| Процессы Виды деятельности | 2 младшая группа (3-4 года) | Средняя группа (4-5 лет) | Старшая группа (5-6 лет) | Подготови- тельная группа (6-7 лет) |
|---|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|--|
| Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей | 07.00 - 08.05 | 07.00 - 08.10 | 07.00 - 08.15 | 07.00 - 08.20 |
| Утренняя гимнастика на улице | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 |
| Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак | 08.10 – 08.50 | 08.10 – 08.50 | 08.10 – 08.50 | 08.10 – 08.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 08.50 – 09.10 | 08.50 – 09.10 | 08.50 – 09.10 | 08.50 – 09.10 |
| Совместная деятельность | 09.10 - 09.50 | 09.10 – 10.00 | 09.10 – 10.10 | 09.10 – 10.10 |
| Перерыв в совместной деятельности | 10 минут | 10 минут | 10 минут | 10 минут |
| 2-й завтрак | 09.50 – 10.00 | 10.00 – 10.10 | 10.00 – 10.10 | 10.00 – 10.10 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки | 10.00 – 12.00 | 10.10 – 12.10 | 10.10 – 12.20 | 10.10 – 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.30 | 12.10 – 12.40 | 12.20 – 12.50 | 12.20 – 12.50 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30 – 15.10 | 12.40 – 15.10 | 12.50 – 15.15 | 12.50 – 15.15 |
| Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг | 15.10 – 15.30 | 15.10 – 15.30 | 15.15 – 15.25 | 15.20 – 15.30 |
| Полдник | 15.30 – 15.50 | 15.30 – 15.50 | 15.25 – 15.45 | 15.30 -15.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки | 15.50 – 16.45 | 15.50 – 16.50 | 15.45 – 16.50 | 15.45 - 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.45 – 19.00 | 16.50 – 19.00 | 16.50 – 19.00 | 16.50 – 19.00 |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детский сад №70
Невского района г. Санкт – Петербурга
Макарова Н.Ю.



РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, при неблагоприятных погодных условиях)

| Процессы Виды деятельности | 2 младшая группа (3-4 года) | Средняя группа (4-5 лет) | Старшая группа (5-6 лет) | Подготови- тельная группа (6-7 лет) |
|--|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|--|
| Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа | 07.00 - 08.05 | 07.00 - 08.10 | 07.00 - 08.15 | 07.00 - 08.20 |
| Утренняя гимнастика | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.10 - 08.40 | 08.20 - 08.45 | 08.25 - 08.45 | 08.30 - 08.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности | 08.40 - 09.00 | 08.45 - 09.00 | 08.45 - 09.00 | 08.50 - 09.00 |
| Занятия (занятия со специалистами) | 09.00 - 09.40 | 09.00 - 10.00 | 09.00 - 10.45 | 09.00 - 10.50 |
| Перерыв между занятиями | 10 минут | 10 минут | 10 минут | 10 минут |
| 2-й завтрак | 09.50 - 10.00 | 10.10 - 10.20 | 10.10 - 10.20 | 10.10 - 10.20 |
| Игры, совместная деятельность и индивидуальная работа | 10.00 - 12.00 | 10.10 - 12.10 | 10.10 - 12.20 | 10.10 - 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 - 12.30 | 12.10 - 12.40 | 12.20 - 12.45 | 12.25 - 12.50 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30 - 15.10 | 12.40 - 15.10 | 12.25 - 15.15 | 12.50 - 15.20 |
| Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа | 15.10 - 15.30 | 15.10 - 15.30 | 15.15 - 15.25 | 15.20 - 15.30 |
| Полдник | 15.30 - 15.50 | 15.30 - 15.50 | 15.25 - 15.45 | 15.30 - 15.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки, досуг | 15.50 - 16.45 | 15.50 - 16.50 | 15.45 - 16.50 | 15.45 - 16.50 |
| Чтение художественной литературы, слушание музыки, взаимодействие с родителями, уход домой | 16.45 - 19.00 | 15.50 - 19.00 | 16.50 - 19.00 | 16.50 - 19.00 |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детский сад №70
Невского района г.Санкт – Петербурга
Макарова Н.Ю.



Режим дня при карантине

(12 часов, холодный период года с сентября по май)

| Процессы Виды деятельности | 2 младшая группа (3-4 года) | Средняя группа (4-5 лет) | Старшая группа (5-6 лет) | Подготовите льная группа (6-7 лет) |
|---|-----------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---|
| Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа | 07.00 - 08.05 | 07.00 - 08.10 | 07.00 - 08.15 | 07.00 - 08.20 |
| Утренняя гимнастика | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 | 08.00 - 08.10 |
| Проведение профилактических мероприятий | 08.10 – 08.20 | 08.10 – 08.20 | 08.10 – 08.20 | 08.10 – 08.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.10 - 08.40 | 08.20 - 08.45 | 08.25 - 08.45 | 08.30 - 08.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности (в групповом помещении) | 08.40 – 09.00 | 08.45 – 09.00 | 08.45 – 09.00 | 08.50 – 09.00 |
| Непрерывная образовательная деятельность (НОД) | 09.00 – 09.40 | 09.00 – 10.00 | 09.00 – 10.45 | 09.00 – 10.50 |
| Перерыв между НОД | 10 минут | 10 минут | 10 минут | 10 минут |
| 2-й завтрак | 09.50 – 10.00 | 10.10 – 10.20 | 10.10 – 10.20 | 10.10 – 10.20 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки. | 10.00 – 12.00 | 10.20 – 12.10 | 10.45 – 12.20 | 10.50 – 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.30 | 12.10 – 12.40 | 12.20 – 12.45 | 12.25 – 12.50 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30 – 15.10 | 12.40 – 15.10 | 12.25 – 15.15 | 12.50 – 15.20 |
| Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг (в групповом помещении) | 15.10 – 15.30 | 15.10 – 15.30 | 15.15 – 15.25 | 15.20 – 15.30 |
| Проведение профилактических мероприятий | 15.20 – 15.30 | 15.20 – 15.30 | 15.15 – 15.25 | 15.20 – 15.30 |
| Полдник | 15.30 – 15.50 | 15.30 – 15.50 | 15.25 – 15.45 | 15.30 -15.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки (в групповом помещении) | 15.50 – 16.45 | 15.50 – 16.50 | 15.45 – 16.50 | 15.45 - 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.45 – 18.15 | 16.50 – 18.20 | 16.50 – 18.20 | 16.50 – 18.20 |
| Возвращение с прогулки, игровая, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 18.15 – 19.00 | 18.20 – 19.00 | 18.20 – 19.00 | 18.20 – 19.00 |

- Действует на период наложения карантина, устанавливается по рекомендации медицинской организации, обслуживающей ДОУ
- Во время карантина режим группы и организация учебно – воспитательной работы согласуется с врачом с учётом типа заболевания и организации профилактических мероприятий.
- Занятия проходят в стабильном режиме согласно расписанию занятий.
- Музыкальные, физкультурные занятия проводятся в группе.
- Массовые мероприятия дети не посещают.

Рекомендации: Усилить утренний фильтр детей при приёме в группу.

Действовать согласно Порядка действий при карантине.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детский сад №70

Невского района г. Санкт – Петербурга

Макарова Н.Ю.



Щадящий режим пребывания ребенка в ДОУ

Данный режим назначается детям в период выздоровления после острых заболеваний как реабилитационный, а также для детей III-IV группы здоровья.

Элементы щадящего режима:

✓ **Сон** - увеличивается продолжительность дневного сна. Для этого ребенка укладывают первым и поднимают последним. Педагог обеспечивает спокойную обстановку перед укладыванием, иногда переводит на режим, соответствующий более раннему возрасту.

✓ **Кормление** - исключается нелюбимое блюдо; педагог не заставляет съедать целую порцию; по показаниям соблюдает диету; кормление детей с повышенной возбудимостью проводится отдельно от всей группы; увеличивается время, необходимое для приема пищи.

✓ **Организация бодрствования** - вовремя непосредственно образовательной деятельности увеличено индивидуальное обращение к ребенку, не допускается переутомление, разрешается отвлечься, сокращается продолжительность занятия, освобождается от третьего занятия, обеспечивается рациональная двигательная активность в группе и на прогулке, педагог следит за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности). Индивидуальные сборы на прогулку под контролем взрослого (ребенкодевается последним на прогулку и первым раздевается после прогулки)

Примерный режим для ослабленных, часто и длительно болеющих детей

| Режимные моменты | Рекомендации |
|---|---|
| Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная). | Ограничить двигательную деятельность за счет индивидуальных бесед, спокойных игр. |
| Утренняя гимнастика. | Исключить бег, прыжки (заменить ходьбой). |
| Подготовка к завтраку. Завтрак. | Мытье рук теплой водой. |
| Образовательная деятельность (перерыв между деятельностью 10 мин). | Уменьшить учебную нагрузку. На физической культуре исключить бег, прыжки, уменьшить нагрузку на 50%. |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. | Одевать последним, раздевать первым. Уменьшить двигательную активность за счет спокойных игр, индивидуальных заданий. |
| Гигиенические процедуры после прогулки. | Умывание под наблюдением, теплой водой. |
| Обед. | Усадить за стол первым. |
| Закаливающие процедуры. | Исключить на две недели. |
| Дневной сон. | Укладывать первым, поднимать последним. |
| Бодрящая гимнастика. | Исключить на одну неделю. |
| Самостоятельная творческая деятельность, коррекционная деятельность. | Ограничить двигательную активность за счет игр малой подвижности, развивающих игр, дидактических игр. |
| Подготовка к полднику. Полдник. | Мытье рук теплой водой. |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. | Ограничить двигательную активность. |