

УТВЕРЖДАЮ

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



Режим дня

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

Процессы Виды деятельности	Средняя группа (4-5 лет)
Приём, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	08.45 – 09.00
Занятия (занятия со специалистами)	09.00 – 10.00
Перерыв между занятиями	10 минут
2-й завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки.	10.20 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.10 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки	15.50 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 18.20
Возвращение с прогулки, игровая, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.20 – 19.00

УТВЕРЖДАЮ

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



Режим дня

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

Процессы Виды деятельности	Старшая группа (5-6 лет)
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	07.00 - 08.15
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	08.45 – 09.00
Занятия (занятия со специалистами)	09.00 – 10.45
Перерыв между занятиями	10 минут
2-й завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки.	10.45 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки	15.45 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 18.20
Возвращение с прогулки, игровая, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.20 – 19.00

УТВЕРЖДАЮ

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



Режим дня

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

Процессы Виды деятельности	Подготовительная группа (6-7 лет)
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	07.00 - 08.20
Утренняя гимнастика	08.20 - 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	08.50 – 09.00
Занятия (занятия со специалистами)	09.00 – 10.50
Перерыв между занятиями	10 минут
2-й завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки.	10.50 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 -15.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки	15.50 - 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 18.20
Возвращение с прогулки, игровая, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	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	Средняя группа (4-5 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей деятельности	08.50 – 09.10
Совместная деятельность	09.10 – 10.00
Перерыв в совместной деятельности	10 минут
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	10.10 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.10 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.50 – 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 – 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	Старшая группа (5-6 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.15
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей деятельности	08.50 – 09.10
Совместная деятельность	09.10 – 10.10
Перерыв в совместной деятельности	10 минут
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.45 – 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 – 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	Подготовительная группа (6-7 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.20
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей деятельности	08.50 – 09.10
Совместная деятельность	09.10 – 10.10
Перерыв в совместной деятельности	10 минут
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 -15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.45 - 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 – 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	Средняя группа (4-5 лет)
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	08.45 – 09.00
Занятия (занятия со специалистами)	09.00 – 10.00
Перерыв между занятиями	10 минут
2-й завтрак	10.10 – 10.20
Игры, совместная деятельность и индивидуальная работа	10.10 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.10 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.50 – 16.50
Чтение художественной литературы, слушание музыки, взаимодействие с родителями, уход домой	16.50 – 19.00

УТВЕРЖДАЮ

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



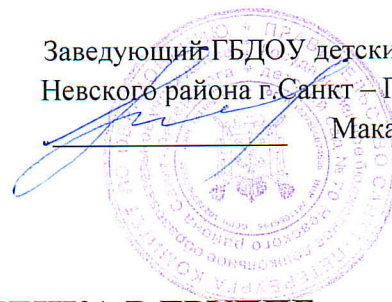
РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, при неблагоприятных погодных условиях)

Процессы Виды деятельности	Старшая группа (5-6 лет)
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	07.00 - 08.15
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	08.45 – 09.00
Занятия (занятия со специалистами)	09.00 – 10.45
Перерыв между занятиями	10 минут
2-й завтрак	10.10 – 10.20
Игры, совместная деятельность и индивидуальная работа	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.45 – 16.50
Чтение художественной литературы, слушание музыки, взаимодействие с родителями, уход домой	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	Подготовительная группа (6-7 лет)
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	07.00 - 08.20
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	08.50 – 09.00
Занятия (занятия со специалистами)	09.00 – 10.50
Перерыв между занятиями	10 минут
2-й завтрак	10.10 – 10.20
Игры, совместная деятельность и индивидуальная работа	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 -15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.45 - 16.50
Чтение художественной литературы, слушание музыки, взаимодействие с родителями, уход домой	16.50 -19.00

УТВЕРЖДАЮ

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

Режим дня при карантине
(12 часов, тёплый период года с мая по август)

Процессы Виды деятельности	Средняя группа (4-5 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Проведение профилактических мероприятий	08.10– 08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50 – 09.10
Совместная деятельность (в группе)	09.10 – 10.00
Перерыв в совместной деятельности	10 минут
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	10.10 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.10 – 15.30
Проведение профилактических мероприятий	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки (в групповом помещении)	15.50 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 19.00

- Действует на период наложения карантина, устанавливается по рекомендации медицинской организации, обслуживающей ДООУ
- 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.



Режим дня при карантине
(12 часов, тёплый период года с мая по август)

Процессы Виды деятельности	Старшая группа (5-6 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.15
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Проведение профилактических мероприятий	08.10 – 08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50 – 09.10
Совместная деятельность (в группе)	09.10 – 10.10
Перерыв в совместной деятельности	10 минут
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.15 – 15.25
Проведение профилактических мероприятий	15.20 – 15.30
Полдник	15.25 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки (в групповом помещении)	15.45 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 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.

Режим дня при карантине
(12 часов, тёплый период года с мая по август)

Процессы Виды деятельности	Подготови- тельная группа (6-7 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.20
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Проведение профилактических мероприятий	08.10– 08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50 – 09.10
Совместная деятельность (в группе)	09.10 – 10.10
Перерыв в совместной деятельности	10 минут
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.20 – 15.30
Проведение профилактических мероприятий	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 -15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, кружки (в групповом помещении)	15.45 - 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 19.00

- Действует на период наложения карантина, устанавливается по рекомендации медицинской организации, обслуживающей ДООУ
- 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.

Двигательный режим средней группы

Вид деятельности	Продолжительность
Утренняя гимнастика	Ежедневно в группе (в теплое время года – на участке), 5-6 мин
Двигательные разминки	Ежедневно во время 10 мин.перерыва между занятиями
Физкультминутки	Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 15-20 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	2 раза в неделю на прогулке 5-10 мин.
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-6 мин.
Учебные занятия по физкультуре	2 раза в неделю по 20-25 мин.
Спортпрогулка	3 раза в неделю по 15-20 мин
Физкультурный досуг	1 раз в квартал, 20-25 мин
Физкультурный праздник	2 раза в год, 45 мин.
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей

Двигательный режим старшей группы

Вид деятельности	Продолжительность
Утренняя гимнастика	Ежедневно в группе (в теплое время года – на участке), 6-7 мин.
Двигательные разминки	Ежедневно во время 10 мин.перерыва между занятиями
Физкультминутки	Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 20-25 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	2 раза в неделю на прогулке 15 мин.
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-6 мин.
Учебные занятия по физкультуре	2 раза в неделю по 30 мин.
Спортпрогулка	3 раза в неделю по 15-20 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц, 30 мин
Физкультурный праздник	2 раза в год, 1 час
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей

Двигательный режим подготовительной группы

Вид деятельности	Продолжительность
Утренняя гимнастика	Ежедневно в группе (в теплое время года – на участке), 6-7 мин
Двигательные разминки	Ежедневно во время 10 мин.перерыва между занятиями
Физкультминутки	Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 20-25 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	2 раза в неделю на прогулке 15 мин.
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-6 мин.
Учебные занятия по физкультуре	2 раза в неделю по 35 мин.
Спортпрогулка	3 раза в неделю по 20-25 мин
Физкультурный досуг	1 раз в месяц, 35-40 мин.
Физкультурный праздник	2 раза в год, 1 час
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей

Щадящий режим пребывания ребенка в ДОУ

Данный режим назначается детям в период реконвалесценции 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 приёма пищи.
- Организация бодрствования – во время 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 (ребенок одевается последним на прогулку и первым раздевается после прогулки).