



АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 91 Красносельского района Санкт – Петербурга
(ГБДОУ детский сад № 91 Красносельского района Санкт - Петербурга)

ПРИНЯТЫ:

Педагогическим советом
Протокол от 30.08.2022 г. № 1

УТВЕРЖДЕНЫ:

Заведующим ГБДОУ детский сад № 91
Красносельского района Санкт-Петербурга
Приказ от 31.08.2022 № 49 - од
_____ Н.М.Соболева

Режимы пребывания воспитанников в группах
ГБДОУ детский сад № 91 Красносельского района
Санкт-Петербурга
на 2022 - 2023 учебный год

Режимы дня

Режим дня детского сада - чередование различных видов деятельности и отдыха детей дошкольного возраста, отвечающее педагогическим и гигиеническим требованиям.

Образовательный процесс в ДОУ реализуется в режиме пятидневной недели. Длительность пребывания в ДОУ: с 7.00 до 19.00 часов

Режим дня устанавливается в соответствии с возрастными индивидуальными особенностями детей и способствует их гармоничному развитию.

Требования к режиму дня

- ◆ Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию.
- ◆ Продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 – 7 лет составляет 5,5 – 6 часов, с 1 до 3 лет в соответствии с медицинскими рекомендациями.
- ◆ Продолжительность ночного сна, для детей дошкольного возраста : 1 - 3 года не менее 12, с 4 - 7 лет не менее 11 часов. Продолжительность дневного сна, не менее: с 1-3 года – 3 часа; с 4-7 лет – 2,5 часа.
- ◆ Самостоятельная деятельность детей 3 – 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 – 4 часов.
- ◆ Суммарный объем двигательной активности детей , не менее 1 часа в день
- ◆ Длительность утренней зарядки, не менее 10 минут;
- ◆ Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки:
 - от 1,5 до 3 лет – 20 мин;
 - от 3 до 4 лет – 30 мин;
 - от 4 до 5 лет – 40 мин;
 - от 5 до 7 лет - 50 мин или 75 мин. при организации 1 занятия после дневного сна
- ◆ Продолжительность занятий для детей 2,3 -го года жизни – не более 10 минут, детей 4-го года жизни – не более 15 минут, для детей 5-го года жизни – не более 20 минут, для детей 6-го года жизни – не более 25 минут, а для детей 7-го года жизни – не более 30 минут.
- ◆ Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.
- ◆ Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3-х часов. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.
- ◆ В летний период во всех возрастных группах занятия отменяются, основная форма работы совместная деятельность воспитателя с детьми; увеличивается время прогулок
- ◆ В адаптационный период родителям рекомендовано приводить ребенка позже, а забирать раньше; НОД не проводится, рекомендуемая форма работы - совместная деятельность воспитателя с детьми; увеличивается время прогулки и дневного сна; Создается эмоционально благоприятная атмосферы в группе: тепла, доброты, внимания; Постепенное привлечение ко всем видам деятельности, режимным моментам с учетом реакции ребенка.

Организация работы при карантине

На время действия карантина: организация режимных моментов и учебно-воспитательного процесса согласуется с врачом с учетом типа заболевания и организацией профилактических мероприятий.

- ◆ Во время карантина режим группы и организация учебно-воспитательной работы согласуется с врачом с учетом типа заболевания и организации профилактических мероприятий
- ◆ Производится ежедневный осмотр детей;
- ◆ Прекращается контакт с другими группами;
- ◆ Уменьшается время занятий и увеличивается время прогулок (для более продолжительного сквозного проветривания, санитарной обработки группового помещения);
- ◆ Не проводится работа с раздаточным материалом. Работа со специалистами проводится в группе;
- ◆ Усиливается соблюдение санитарного режима (влажная уборка, кварцевание, дезинфекция, проветривание)
- ◆ Во время карантина уменьшается время занятий и увеличивается время прогулок

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (холодный период года) ГБДОУ д/с № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга

Ранний возраст (2-3 года)		Младший и средний дошкольный возраст			Старший дошкольный возраст		
Режимные моменты	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.00	Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.05	7.00-8.10	Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.20	7.00-8.20
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00-8.15	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.05-8.20	8.10-8.25	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.20-8.30	8.20-8.35
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.15-8.35	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.40	8.25-8.45	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.35-8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.35-9.00	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.40-9.00	8.45-9.00	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.50-9.00	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут). Совместная деятельность педагога с детьми.	9.00-9.40	Непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут). Совместная деятельность педагога с детьми.	9.00-10.00	9.00-10.05	Непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут). Совместная деятельность педагога с детьми.	9.00-10.50	9.00-10.55
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.40-9.50	Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.00-10.10	10.05-10.15	Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.05-10.15	10.15-10.25
Подготовка к прогулке	9.50-10.05	Подготовка к прогулке	10.10-10.25	10.15-10.30	Подготовка к прогулке	10.50-11.05	10.55-11.10
Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах	10.05-11.35	Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах	10.25-11.55	10.30-12.00	Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах	11.05-12.20	11.10-12.20
Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед	11.55-12.30	12.00-12.30	Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну Дневной сон	12.05-15.05	Подготовка ко сну Дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	Подготовка ко сну Дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.05-15.25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.00-15.20	15.00-15.20	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45	Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.55	15.35-15.55
Самостоятельная игровая деятельность детей, непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая перерывы), индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.45-16.45	Самостоятельная игровая деятельность детей, непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая перерывы), индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.40-16.45	15.40-16.45	Самостоятельная игровая деятельность детей, непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая перерывы), индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.55-16.55	15.55-16.55
Подготовка к прогулке	16.45-17.00	Подготовка к прогулке	16.45-17.00	16.45-17.00	Подготовка к прогулке	16.55-17.10	16.55-17.10

Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах Уход домой	17.00-19.00	Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах Уход домой	17.00-19.00	17.00-19.00	Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах Уход домой	17.10-19.00	17.10-19.00
--	-------------	--	-------------	-------------	--	-------------	-------------

**Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (теплый период года) ГБДОУ д/с № 91 Красносельского района
Санкт-Петербурга**

Ранний возраст (2-3 года)		Младший и средний дошкольный возраст			Старший дошкольный возраст		
Режимные моменты	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей на улице(благоприятные погодные условия), осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.00	Прием детей на улице (благоприятные погодные условия), осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.00	7.00-8.10	Прием детей на улице (благоприятные погодные условия), осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика на улице	8.00- 8.10	Утренняя гимнастика на улице	8.00-8.10	8.10- 8.20	Утренняя гимнастика на улице	8.10- 8.20	8.10- 8.20
Возвращение в группу, развитие культурно-гигиенических навыков	8.10-8.20	Возвращение в группу, развитие культурно-гигиенических навыков	8.10- 8.20	8.20-8.30	Возвращение в группу, развитие культурно-гигиенических навыков	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.45	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.45	8.30-8.50	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность в режимных моментах	8.45-9.00	Подготовка к прогулке, образовательная деятельность в режимных моментах	8.45-9.00	8.50-9.00	Подготовка к прогулке, образовательная деятельность в режимных моментах	8.50-9.00	8.50-9.00
Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	9.00-9.50	Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	9.00-9.50	9.00-9.55	Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	9.00-10.05	9.00-10.05
Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку	9.50-10.00	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку	9.50-10.00	9.55-10.05	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку	10.05-10.15	10.05-10.15
2 завтрак	10.00-10.10	2 завтрак	10.00 -10.10	10.05-10.15	2 завтрак	10.15-10.25	10.15-10.25
Подготовка к прогулке	10.10-10.30	Подготовка к прогулке	10.10-10.25	10.20-10.35	Подготовка к прогулке	10.25-10.45	10.25-10.45
Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	10.30-11.35	Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	10.25-11.55	10.35-12.00	Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	10.45-12.20	10.45-12.20
Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду, обед	11.55-12.30	12.00-12.30	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.05-15.05	Подготовка ко сну Дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	Подготовка ко сну Дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.05-15.15	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.10	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.20-15.30	15.20-15.30

Бодрящая гимнастика после сна	15.15-15.25	Бодрящая гимнастика после сна	15.15-15.25	15.10-15.20	Бодрящая гимнастика после сна	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45	Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	15.40-16.00
Подготовка к прогулке	15.45-16.00	Подготовка к прогулке	15.40-16.00	15.40-16.00	Подготовка к прогулке	16.00-16.10	16.00-16.10
Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Уход домой	16.00-19.00	Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Уход домой	16.00-19.00	16.00-19.00	Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Уход домой	16.10-19.00	16.10-19.00

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (теплый период года, неблагоприятные условия)

ГБДОУ д/с № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга

Ранний возраст (2-3 года)		Младший и средний дошкольный возраст			Старший дошкольный возраст		
Режимные моменты	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.00	Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.00	7.00-8.10	Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.20	7.00-8.20
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00- 8.20	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00- 8.20	8.10-8.25	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.20- 8.30	8.20-8.30
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.40	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.40	8.25-8.50	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада.	8.40-9.50	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада.	8.40-9.50	8.50-9.55	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада.	8.50-9.55	8.50-10.05
Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку	9.50-10.00	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку	9.50-10.00	9.55-10.05	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку	9.55-10.05	10.05-10.15
2 завтрак	10.00-10.10	2 завтрак	10.00-10.10	10.05-10.15	2 завтрак	10.05-10.15	10.15-10.25
Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада.	10.20-11.35	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада.	10.20-11.35	10.15-12.00	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада.	10.15-12.20	10.25-12.20
Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	12.00-12.30	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну Дневной сон	12.05-15.05	Подготовка ко сну Дневной сон	12.05-15.05	12.30-15.00	Подготовка ко сну Дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, образовательная деятельность в режимных моментах	15.05-15.25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры. образовательная деятельность в режимных моментах	15.05-15.25	15.00-15.10	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры. образовательная деятельность в режимных моментах	15.20-15.30	15.20-15.30
Бодрящая гимнастика после сна		Бодрящая гимнастика после сна		15.10-15.20	Бодрящая гимнастика после сна	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45	Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45	15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	15.40-16.00

Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада. Уход домой	15.45-19.00	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада. Уход домой	15.45-19.00	15.40-19.00	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада. Уход домой	16.00-19.00	16.00-19.00
---	-------------	---	-------------	-------------	---	-------------	-------------

**Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (холодный период, неблагоприятные условия) ГБДОУ д/с № 91
Красносельского района Санкт-Петербурга**

Ранний возраст (2-3 года)		Младший и средний дошкольный возраст			Старший дошкольный возраст		
Режимные моменты	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.00	Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.05	7.00-8.10	Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.20	7.00-8.20
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00-8.15	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.05-8.20	8.10-8.25	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.15-8.35	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.40	8.25-8.45	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.35-9.00	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.40-9.00	8.45-9.00	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.50-9.00	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут). Совместная деятельность педагога с детьми.	9.00- 9.40	Непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут). Совместная деятельность педагога с детьми.	9.00-10.00	9.00-10.05	Непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут). Совместная деятельность педагога с детьми.	9.00-10.50	9.00-10.50
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.40-9.55	Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.00-10.15	10.05-10.15	Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.05-10.15	10.05-10.15
Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах, индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада.	9.55-11.35	Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах, индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада.	10.15-11.55	10.15-12.00	Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах, индивидуальная работа. Выход в свободные помещения детского сада.	10.50-12.20	10.50-12.20
Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед	11.55-12.30	12.00-12.30	Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну Дневной сон	12.05 -15.05	Подготовка ко сну Дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	Подготовка ко сну Дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.05-15.25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.00-15.20	15.00-15.20	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45	Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.55	15.35-15.55
Самостоятельная игровая деятельность детей, непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая перерывы), игры, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми Уход домой	15.45-19.00	Самостоятельная игровая деятельность детей, непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая перерывы), игры, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми Уход домой	15.40-19.00	15.40-19.00	Самостоятельная игровая деятельность детей, непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая перерывы), игры, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми Уход домой	15.55-19.00	15.55-19.00

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (адаптационный период) ГБДОУ д/с № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга

1 ранний возраст (2-3 года)		Младший и средний дошкольный возраст			Старший дошкольный возраст		
Режимные моменты	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.00	Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.05	7.00-8.10	Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.20	7.00-8.20
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00-8.15	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.05-8.20	8.10-8.25	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.20-8.30	8.20-8.35
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.15-8.35	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.40	8.25-8.45	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.35-8.50
Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми. Уход домой	8.35-9.40	Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми. Уход домой	8.40-10.00	8.45-10.05	Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми. Уход домой	8.50-10.50	8.50-10.55
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.40-9.50	Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.00-10.10	10.05-10.15	Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.05-10.15	10.15-10.25
Подготовка к прогулке	9.50-10.05	Подготовка к прогулке	10.10-10.25	10.15-10.30	Подготовка к прогулке	10.50-11.05	10.55-11.10
Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах, Уход домой	10.05-11.35	Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах, Уход домой	10.25-11.55	10.30-12.00	Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах, Уход домой	11.05-12.20	11.10-12.20
Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед, Уход домой	11.35-12.05	Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед, Уход домой	11.55-12.30	12.00-12.30	Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед, Уход домой	12.20-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну Дневной сон	12.05-15.05	Подготовка ко сну Дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	Подготовка ко сну Дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, Уход домой	15.05-15.25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, Уход домой	15.00-15.20	15.00-15.20	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, Уход домой	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45	Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.55	15.35-15.55
Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, Уход домой	15.45-16.45	Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, Уход домой	15.40-16.45	15.40-16.45	Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, Уход домой	15.55-16.55	15.55-16.55

Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах Уход домой	16.45-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах Уход домой	16.45-19.00	16.45-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах Уход домой	16.55-19.00	16.55-19.00
--	-------------	--	-------------	-------------	--	-------------	-------------

Организация щадящего режима

1. Щадящий режим назначается детям с 3-й и 4-ой группой здоровья, детям, перенесшим заболевания, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинским работником ГБДОУ (врач, медицинская сестра).
3. Щадящий режим назначается после перенесенного заболевания по рекомендации участкового педиатра или врача ГБДОУ на определенный срок, в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
4. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

№	Вид деятельности в режиме дня	Ограничение	Ответственный
1.	Приход в детский сад	По возможности с 8.00-8.30	Родители
2.	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Помощник воспитателя, воспитатель
3.	Гигиенические процедуры (умывание)	Т воды 16-20 °С, тщательное вытирание рук и лица	Помощник воспитателя, воспитатель
4.	Гигиенические и закаливающие процедуры (полоскание полости рта после еды)	Т воды 20-22°С, наливается перед полосканием.	Помощник воспитателя, воспитатель
5.	Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама, надевается сухая футболка.	Воспитатель
6.	Питание (завтрак, 2-ой завтрак, обед, полдник)	Докармливание. Первыми садятся за стол.	Помощник воспитателя, воспитатель
7.	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последними.	Помощник воспитателя, воспитатель
8.	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность.	Воспитатель
9.	Возвращение с утренней прогулки.	Возвращение первыми под присмотром взрослых. Снимается влажная майка и заменяется сухой.	Помощник воспитателя, воспитатель
10.	Физкультура	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Инструктор по физической культуре,

11.	Музыка	снижение нагрузки по танцевальным движениям и на голосовые связи	музыкальный руководитель, воспитатель
12.	Занятие интеллектуального статического плана.	Вовлечение в активную и интеллектуальную деятельность в первой половине дня.	Учитель-логопед, воспитатель и т.д.
13.	Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере пробуждения	Воспитатель
14.	Совместная деятельность с воспитателем.	Учет настроения ребенка, желания	Воспитатель
15.	Самостоятельная деятельность	Предлагать места отдаленные от окон и дверей	Воспитатель
16.	Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

Режим двигательной активности ГБДОУ д/с № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга

<i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия</i>		
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно: младший возраст – в группе (6-8 минут), средний и старший возраст: в зале (10-12 минут)
2.	Физ. минутка	Ежедневно, по мере необходимости (3-5 мин)
3.	Подвижные игры	Ежедневно на прогулке (20-30 мин)
4.	Оздоровительный бег	Ежедневно в конце прогулки: средний и старший возраст (3-7 мин.)
5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время прогулки (12-15 мин)
6.	Гимнастика после сна	Ежедневно в сочетании с воздушными ваннами (5 мин) (все группы)
7.	Закаливающие мероприятия	Ежедневно после дневного сна в старшем дошкольном возрасте (воздушные ванны).
8.	Корректирующие упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия	Ежедневно после дневного сна во время бодрящей гимнастики Ежедневно на утренней гимнастике и физкультурных занятиях
<i>Непрерывная образовательная деятельность</i>		
1.	По физической культуре	3 раза в неделю в младшей и средней группе продолжительность – 15-20 мин, 2 раза в неделю в старшей и подготовительной группе – 25 - 30 мин.
2.	Уроки здоровья и безопасности	Начиная со старшей группы 1 раз в месяц
<i>Самостоятельная деятельность детей</i>		
1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно в помещении и на прогулке
<i>Физкультурно-массовые мероприятия</i>		
1.	Спортивно-семейный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»	КМО, район. Один раз в год с родителями и воспитанниками старшего дошкольного возраста
2.	Физкультурные праздники	Два раза в год (дошкольный возраст)
3.	Легкоатлетические соревнования «Малые олимпийские игры»	Один раз в год (июнь) с детьми старшего дошкольного возраста

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей группы комбинированной направленности (холодный и теплый период)

ГБДОУ д/с № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга

Холодный период			Теплый период		
Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет	Режимные моменты	5-6 лет	5-7 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.20	7.00-8.20	Прием детей на улице (благоприятные погодные условия), осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.20-8.30	8.20-8.35	Утренняя гимнастика на улице	8.10- 8.20	8.10- 8.20
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.35-8.50	Возвращение в группу, развитие культурно-гигиенических навыков	8.20-8.30	8.20-8.30
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.50-9.00	8.50-9.00	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут). Совместная деятельность педагога с детьми.	9.00-10.50	9.00-10.55	Подготовка к прогулке, образовательная деятельность в режимных моментах	8.50-9.00	8.50-9.00
Коррекционная работа с учителем логопедом (подгрупповая, индивидуальная)	9.00-12.00	9.00-12.00	Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Коррекционная работа с учителем логопедом	9.00-10.05	9.00-10.05
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.05-10.15	10.15-10.25	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку	10.05-10.15	10.05-10.15
Подготовка к прогулке	10.50-11.05	10.55-11.10	2 завтрак	10.15-10.25	10.15-10.25
Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах	11.05-12.20	11.10-12.20	Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке	10.25-10.45	10.25-10.45
Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50	Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Коррекционная работа с учителем логопедом	10.45-12.20	10.45-12.20
Подготовка ко сну Дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20	Развитие культурно-гигиенических навыков, Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.20-15.35	15.20-15.35	Подготовка ко сну Дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.55	15.35-15.55	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры. образовательная деятельность в режимных моментах	15.20-15.30	15.20-15.30
Самостоятельная игровая деятельность детей, непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая перерывы), Коррекционная работа, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.55-16.55	15.55-16.55	Бодрящая гимнастика после сна	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к прогулке	16.55-17.10	16.55-17.10	Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	15.40-16.00
Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах Уход домой	17.10-19.00	17.10-19.00	Подготовка к прогулке	16.00-16.10	16.00-16.10
			Прогулка Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Коррекционная работа Уход домой	16.10-19.00	16.10-19.00

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей группы комбинированной направленности (при неблагоприятных условиях)

ГБДОУ д/с № 91

Красносельского района Санкт-Петербурга

Холодный период при неблагоприятных условиях			Теплый период при неблагоприятных условиях		
Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.20	7.00-8.20	Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах.	7.00-8.20	7.00-8.20
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.20-8.30	8.20-8.30	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.20- 8.30	8.20-8.30
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50	Подготовка к 1 завтраку 1 завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.50-9.00	8.50-9.00	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Коррекционная работа Выход в свободные помещения детского сада.	8.50-9.55	8.50-10.05
Непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут). Совместная деятельность педагога с детьми.	9.00-10.50	9.00-10.50	Коррекционная работа с учителем логопедом (подгрупповая, индивидуальная)	9.00-12.00	9.00-12.00
Коррекционная работа с учителем логопедом (подгрупповая, индивидуальная)	9.00-12.00	9.00-12.00	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку	9.55-10.05	10.05-10.15
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.05-10.15	10.05-10.15	2 завтрак	10.05-10.15	10.15-10.25
Самостоятельная игровая деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах, индивидуальная работа. Коррекционная работа Выход в свободные помещения детского сада.	10.50-12.20	10.50-12.20	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Коррекционная работа Выход в свободные помещения детского сада.	10.15-12.20	10.25-12.20
Гигиенические процедуры Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну Дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20	Подготовка ко сну Дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.20-15.40	15.20-15.40	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры. образовательная деятельность в режимных моментах	15.20-15.40	15.20-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	15.40-16.00
Самостоятельная игровая деятельность детей, непрерывная образовательная деятельность (общая деятельность, включая перерывы), игры, Коррекционная работа, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми Уход домой	16.00-19.00	16.00-19.00	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Коррекционная работа. Выход в свободные помещения детского сада. Уход домой	16.00-19.00	16.00-19.00

**Организация щадящего режима группы кратковременного пребывания ГБДОУ д/с № 91
Красносельского района Санкт-Петербурга**

1. Щадящий режим назначается детям с 3-й и 4-ой группой здоровья, детям, перенесшим заболевания, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинским работником ГБДОУ (врач, старшая медицинская сестра).
3. Щадящий режим назначается после перенесенного заболевания по рекомендации участкового педиатра или врача ГБДОУ на определенный срок, в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
4. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

№	Вид деятельности в режиме дня	Ограничение	Ответственный
1.	Гимнастика	Снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Помощник воспитателя, воспитатель
2.	Гигиенические процедуры (умывание)	Т воды 16-20 °С, тщательное вытирание рук и лица	Помощник воспитателя, воспитатель
3.	Гигиенические и закаливающие процедуры (полоскание полости рта после еды)	Т воды 20-22°С, наливается перед полосканием.	Помощник воспитателя, воспитатель
4.	Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама, надевается сухая футболка.	Воспитатель
5.	Питание	Докармливание. Первыми садятся за стол.	Помощник воспитателя, воспитатель
6.	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последними.	Помощник воспитателя, воспитатель
7.	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность.	Воспитатель
8.	Возвращение с утренней прогулки.	Возвращение первыми под присмотром взрослых. Снимается влажная майка и заменяется сухой.	Помощник воспитателя, воспитатель
9.	Физкультура	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Инструктор по физической культуре,
10.	Музыка	снижение нагрузки по танцевальным движениям и на голосовые связки	музыкальный руководитель, воспитатель
11.	Занятие интеллектуального статического плана.	Вовлечение в активную и интеллектуальную деятельность в первой половине дня.	Учитель-логопед, воспитатель и т.д.
12.	Совместная деятельность с воспитателем.	Учет настроения ребенка, желания	Воспитатель
13.	Самостоятельная деятельность	Предлагать места отдаленные от окон и дверей	Воспитатель

14.	Уход домой	По возможности до 12; 18.00 часов	Родители
-----	------------	-----------------------------------	----------

**Режим ежедневной организации жизнедеятельности группы кратковременного пребывания (1.6 до 3 л.)
ГБДОУ д/с № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга**

Холодный период года			
Группа кратковременного пребывания (Утро)		Группа кратковременного пребывания (Вечер)	
Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, образовательная деятельность в режимных моментах	8.00 -8.25	Прием детей, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, образовательная деятельность в режимных моментах	14.00-14.50
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50	Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)	15.00-15.20
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.50-9.00	Подготовка к полднику, полдник	15.20 -15.50
Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-9.20	Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)	15.50-16.10
Подготовка к завтраку, второй завтрак	09.20-09.40	Самостоятельная игровая деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми, образовательная деятельность в режимных моментах.	16.10 -16.40
Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)	09.40-10.00		
Самостоятельная игровая деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми, образовательная деятельность в режимных моментах. Индивидуальная работа, игры	10.00-10.20	Подготовка к прогулке. Прогулка.	16.40-18.50
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой	10.20-13.00	Уход домой	18.50-19.00
Теплый период года			
Группа кратковременного пребывания (Утро)		Группа кратковременного пребывания (Вечер)	
Прием детей на улице, осмотр. Самостоятельная деятельность детей; совместная деятельность педагога с детьми; индивидуальная работа педагога с детьми	8.00 – 8.30	Прием детей на улице, осмотр. Самостоятельная деятельность детей; совместная деятельность педагога с детьми; индивидуальная работа педагога с детьми	14.00-14.50
Возвращение с прогулки	8.30 – 8.50	Возвращение с прогулки	14.50 – 15.00
Подготовка к завтраку, завтрак	9.00 – 9.30	Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.20

Подготовка к прогулке, образовательная деятельность в режимных моментах	9.30–10.10	Подготовка к прогулке, образовательная деятельность в режимных моментах	16.20 – 17.40
Второй завтрак	10.10-10.30		
Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Уход домой	10.30–13.00	Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Уход домой	17.40 - 19.00

**Режим двигательной активности детей группы кратковременного пребывания ГБДОУ д/с № 91
Красносельского района Санкт-Петербурга**

Дни недели	Формы организации двигательной активности	Время (мин)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Утренняя гимнастика	10
	Физкультминутка	10
	Самостоятельная двигательная деятельность детей в группе	
	Ритмические движения под музыку в музыкальном зале	10
	Физическое развитие	10
	Итого в день	40м
	ВТОРНИК	Утренняя гимнастика
Физкультминутка		3
Самостоятельная двигательная деятельность детей в группе		
Ритмические движения под музыку в музыкальном зале		10
Физическое развитие		
Итого в день		40м
СРЕДА	Утренняя гимнастика	10
	Физкультминутка	3
	Самостоятельная двигательная деятельность детей в группе	10
	Ритмические движения под музыку в музыкальном зале	
	Физическое развитие	
	Итого в день	40м
ЧЕТВЕРГ	Утренняя гимнастика	10
	Физкультминутка	3
	Бодрящая гимнастика	
	Самостоятельная двигательная деятельность детей в группе	
	Ритмические движения под музыку в музыкальном зале	10
	Физическое развитие	
	Итого в день	40м
ПЯТНИЦА	Утренняя гимнастика	10

	Физкультминутка	3
	Самостоятельная двигательная деятельность детей в группе	
	Ритмические движения под музыку в музыкальном зале	
	Физическое развитие	10
	Итого в день	40м
	Всего в неделю	200 мин