

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 125  
комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТЫ  
Решением Педагогического Совета  
Протокол от 26.08.2021 г. № 6

Утверждаю  
Заведующий ГБДОУ № 125  
Лебедева Е.А.  
Приказ от 26.08.2021 г. № 35-ОД

**Режимы дня  
на 2021/2022 учебный год  
Государственного бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения  
детский сад № 125 комбинированного вида  
Центрального района  
Санкт-Петербурга**

## Пояснительная записка

В детском саду используются типовые (примерные) режимы дня.

Типовые режимы дня – примерные режимы дня пребывания воспитанников в соответствующей возрастной группе, которые конкретизируются в зависимости от возраста и (или) индивидуальных возможностей детей, а также зависят от расписания работы музыкально-физкультурного зала для каждой группы.

Конкретные режимы пребывания воспитанников составляются на каждый день недели и учитывают:

- расписание занятий;
- расписание организованной образовательной деятельности в музыкально-физкультурном зале;
- некоторые особенности детей группы (например, умение быстро одеваться на прогулку).

Режимы дня на каждый день являются приложением к образовательной программе дошкольного образования и образовательной программе дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи, с фонетико-фонематическим недоразвитием речи).

Все режимы дня соответствуют требованиям СанПиН 1.2.3685-21 («Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 N 2 (разделы «Требования к организации образовательного процесса», «Показатели организации образовательного процесса»).

Вариативные режимы дня используются по необходимости в зависимости от сложившихся условий:

- режим дня в холодное время года;
- режим дня в теплое время года;

**Режим дня в холодное время года  
организация деятельности детей в группах общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Младшая группа</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная группа</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00–8.20	7.00–8.25	7.00–8.25	7.00–8.25
Утренняя гимнастика	8.20–8.30	8.25–8.40	8.25–8.40	8.25–8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30–9.00	8.40–9.00	8.40–9.00	8.40–9.00
Занятия с воспитателями и со специалистами	9.00–10.00	9.00–10.00	9.00–10.45	9.00–11.00
Второй завтрак (рекомендуемый)	10.00–10.15	10.00–10.15	10.00–10.10	10.00–10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения)	10.15–11.45	10.15–11.50	10.45–11.55	11.00–12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45–11.55	11.50–12.05	11.55–12.10	12.00–12.15
Подготовка к обеду, обед	11.55–12.20	12.05–12.25	12.10–12.30	12.15–12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20–15.10	12.25–15.10	12.30–15.05	12.30–15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры, водные процедуры /обливание рук до локтя/, самостоятельная деятельность	15.10–15.25	15.10–15.25	15.05–15.20	15.00–15.20
Полдник	15.25–15.50	15.25–15.50	15.20–15.35	15.20–15.35
Непосредственно организованная детская деятельность, занятия, творческие игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей, досуговая деятельность, развлечения.	15.50–16.30	15.50–16.50	15.35–16.50	15.35–16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30–18.30	16.50–18.30	16.50–18.30	16.50–18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30–19.00	18.30–19.00	18.30–19.00	18.30–19.00

Изменения в режиме в связи с погодными условиями:

- при температуре ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с, продолжительность прогулки сокращается;
- прогулки отменяются во время штормового предупреждения МЧС РФ или выпадения обильных осадков (проливного дождя, града, сильной метели);
- по решению организации администрации детского сада, если на территории дошкольной организации существует угроза жизни и здоровью детей и сотрудников до ее устранения. Прогулка заменяется самостоятельной деятельностью детей, сюжетно-ролевыми играми, чтением художественной литературы, продуктивной деятельностью.

**Режим дня в теплое время года  
организация деятельности детей в группах общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Младшая группа</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная группа</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (на улице)	7.00–8.20	7.00–8.25	7.00–8.25	7.00–8.25
Утренняя гимнастика (на улице)	8.20–8.30	8.25–8.40	8.25–8.40	8.25–8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30–9.00	8.40–9.00	8.40–9.00	8.40–9.00
Занятия с воспитателями и со специалистами	9.00–10.00	9.00–10.00	9.00–10.45	9.00–11.00
Второй завтрак (рекомендуемый)	10.00–10.15	10.00–10.15	10.00–10.10	10.00–10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения)	10.15–11.45	10.15–11.50	10.45–11.55	11.00–12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45–11.55	11.50–12.05	11.55–12.10	12.00–12.15
Подготовка к обеду, обед	11.55–12.20	12.05–12.25	12.10–12.30	12.15–12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20–15.10	12.25–15.10	12.30–15.05	12.30–15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры, водные процедуры /обливание рук до локтя/, самостоятельная деятельность	15.10–15.25	15.10–15.25	15.05–15.20	15.00–15.20
Полдник	15.25–15.50	15.25–15.50	15.20–15.35	15.20–15.35
Непосредственно организованная детская деятельность, занятия, творческие игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей, досуговая деятельность, развлечения.	15.50–16.30	15.50–16.50	15.35–16.50	15.35–16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30–18.30	16.50–18.30	16.50–18.30	16.50–18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30–19.00	18.30–19.00	18.30–19.00	18.30–19.00

Изменения в режиме в связи с погодными условиями:

- при температуре ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с, продолжительность прогулки сокращается;
  - прогулки отменяются во время штормового предупреждения МЧС РФ или выпадения обильных осадков (проливного дождя, града, сильной метели);
  - по решению организации администрации детского сада, если на территории дошкольной организации существует угроза жизни и здоровью детей и сотрудников до ее устранения.
- Прогулка заменяется самостоятельной деятельностью детей, сюжетно-ролевыми играми, чтением художественной литературы, продуктивной деятельностью.

**Режим дня в холодное время года/  
организация деятельности детей с нарушением речи  
в группах компенсирующей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная группа</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00–8.25	7.00–8.25	7.00–8.25
Утренняя гимнастика	8.25–8.40	8.25–8.40	8.25–8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40–9.00	8.40–9.00	8.40–9.00
НОД, занятия со специалистами	9.00–10.00	9.00–10.45	9.00–11.00
Второй завтрак (рекомендуемый)	10.00–10.15	10.00–10.10	10.00–10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения)	10.15–11.50	10.45–11.55	11.00–12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50–12.05	11.55–12.10	12.00–12.15
Подготовка к обеду, обед	12.05–12.25	12.10–12.30	12.15–12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25–15.10	12.30–15.05	12.30–15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры, водные процедуры /обливание рук до локтя/, самостоятельная деятельность	15.10–15.25	15.05–15.20	15.00–15.20
Полдник	15.25–15.50	15.20–15.35	15.20–15.35
Непосредственно организованная детская деятельность, занятия, творческие игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей, досуговая деятельность, развлечения.	15.50–16.50	15.35–16.50	15.35–16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50–18.30	16.50–18.30	16.50–18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30–19.00	18.30–19.00	18.30–19.00

Изменения в режиме в связи с погодными условиями:

- при температуре ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с, продолжительность прогулки сокращается;
  - прогулки отменяются во время штормового предупреждения МЧС РФ или выпадения обильных осадков (проливного дождя, града, сильной метели);
  - по решению организации администрации детского сада, если на территории дошкольной организации существует угроза жизни и здоровью детей и сотрудников до ее устранения.
- Прогулка заменяется самостоятельной деятельностью детей, сюжетно-ролевыми играми, чтением художественной литературы, продуктивной деятельностью.

**Режим дня в теплое время года/  
организация деятельности детей с нарушением речи  
в группах компенсирующей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная группа</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (на улице)	7.00–8.25	7.00–8.25	7.00–8.25
Утренняя гимнастика (на улице)	8.25–8.40	8.25–8.40	8.25–8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40–9.00	8.40–9.00	8.40–9.00
НОД, занятия со специалистами	9.00–10.00	9.00–10.45	9.00–11.00
Второй завтрак (рекомендуемый)	10.00–10.15	10.00–10.10	10.00–10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения)	10.15–11.50	10.45–11.55	11.00–12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50–12.05	11.55–12.10	12.00–12.15
Подготовка к обеду, обед	12.05–12.25	12.10–12.30	12.15–12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25–15.10	12.30–15.05	12.30–15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры, водные процедуры /обливание рук до локтя/, самостоятельная деятельность	15.10–15.25	15.05–15.20	15.00–15.20
Полдник	15.25–15.50	15.20–15.35	15.20–15.35
Непосредственно организованная детская деятельность, занятия, творческие игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей, досуговая деятельность, развлечения.	15.50–16.50	15.35–16.50	15.35–16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50–18.30	16.50–18.30	16.50–18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30–19.00	18.30–19.00	18.30–19.00

Изменения в режиме в связи с погодными условиями:

- при температуре ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с, продолжительность прогулки сокращается;
  - прогулки отменяются во время штормового предупреждения МЧС РФ или выпадения обильных осадков (проливного дождя, града, сильной метели);
  - по решению организации администрации детского сада, если на территории дошкольной организации существует угроза жизни и здоровью детей и сотрудников до ее устранения.
- Прогулка заменяется самостоятельной деятельностью детей, сюжетно-ролевыми играми, чтением художественной литературы, продуктивной деятельностью.