

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2023 г. ПО 31 МАЯ 2024 г.**  
**ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА «Дружная семейка»**  
**(ОТ 2-Х ДО 3-Х ЛЕТ).**

Приём: осмотр детей, фильтр, индивидуальное общение, игры,		7.00 – 8.15		
Утренняя гимнастика		8.15 – 8.20		
Подготовка к завтраку, завтрак		8.20 – 8.35		
Предметная деятельность, игра, подготовка к занятиям		понедельник, вторник, пятница		
		среда, четверг		
		8.35 – 9.15		
		8.35 – 8.40		
<b>Занятия</b>				
<i>понедельник</i>	<i>вторник</i>	<i>среда</i>	<i>четверг</i>	<i>пятница</i>
1 9.15 – 9.25 2. 9.30 – 9.40	1 9.15 – 9.25 2. 9.30 – 9.40	8.40-8.50 (музыка)	8.40-8.50 (физкультура в зале)	1 9.15 – 9.25 2. 9.30 – 9.40
16.25 – 16.35 (физкультура в зале)	1.16.10-16.20 2.16.25.16.35	16.15 – 16.25 (физкультура в зале)	1.16.10-16.20 2.16.25.16.35	16.20 – 16.30 (музыка)
Самостоятельная деятельность, игра		понедельник, вторник, пятница		
		среда, четверг		
		9.25 – 10.00		
		8.40 – 10.00		
Подготовка ко 2-му завтраку, 2-й завтрак		10.00 – 10.10		
Подготовка и выход на прогулку, дневная прогулка		10.10 – 11.35		
Возвращение с прогулки, общение и спокойные игры с детьми		11.35 – 11.50		
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну		11.50 – 12.30		
Дневной сон		12.30 – 15.30		
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры после сна		15.30 – 15.40		
Подготовка к полднику, полдник		15.40 – 16.00		
Самостоятельная деятельность: игры по инициативе детей		16.00 – 16.35		
Занятия в группе (вторник, четверг)		1 подгруппа		
		2 подгруппа		
		16.10 – 16.20		
		16.25 – 16.35		
в физкультурном/музыкальном зале		по расписанию		
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке и выход на прогулку				
<i>понедельник</i>	<i>вторник</i>	<i>среда</i>	<i>четверг</i>	<i>пятница</i>
16.35 – 17.00		16.25 – 17.00		16.35 – 17.00
Прогулка, уход детей домой		17.00 – 19.00		

Ознакомлены:

Воспитатели:

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 85 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Альшева Любовь Николаевна, Заведующая

05.09.23 13:38 (MSK)

Сертификат CAB54228554DDB8C4662E8811E664673

Помощник воспитателя:

**ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ**  
**НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2023 г. ПО 31 МАЯ 2024 г.**  
**ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА «Дружная семейка»**  
 (ОТ 2-Х ДО 3-Х ЛЕТ).

Приём: осмотр детей, фильтр, индивидуальное общение, игры,		7.00 – 8.15		
Утренняя гимнастика		8.15 – 8.20		
Подготовка к завтраку, завтрак		8.20 – 8.35		
Предметная деятельность, игра, подготовка к занятиям		Понедельник, вторник, пятница		8.35 – 9.15
		Среда, четверг		8.35 – 8.40
<b>Занятия</b>				
<i>понедельник</i>	<i>вторник</i>	<i>среда</i>	<i>четверг</i>	<i>пятница</i>
1 9.15 – 9.25 2.9.30 – 9.40	1 9.15 – 9.25 2.9.30 – 9.40	8.40-8.50 (музыка)	8.40-8.50 (физкультур в зале)	1 9.15 – 9.25 2.9.30 – 9.40
16.25-16.35 (физкультура в зале)	1.16.10-16.20 2.16.25-16.35	16.15-16.25 (физкультура в зале)	1.16.10-16.20 2.16.25-16.35	16.20-16.30 (музыка)
Самостоятельная деятельность, игра		Понедельник, вторник, пятница		9.25-10.00
		Среда, четверг		8.40-10.00
Подготовка ко 2-му завтраку, 2-й завтрак		10.00 – 10.10		
Игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей		10.10 – 11.20		
Выход в свободное помещение, подвижные игры, конструктивная деятельность, ознакомление с помещениями ДОУ.		11.20 – 11.50		
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну		11.50 – 12.30		
Дневной сон		12.30 – 15.30		
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры после сна		15.30 – 15.40		
Подготовка к полднику, полдник		15.40 – 16.00		
Самостоятельная деятельность: игры по инициативе детей		16.00 – 16.35		
		среда 16.00 – 16.15		
Занятия в группе (вторник, четверг)		1 подгруппа		16.10 – 16.20
		2 подгруппа		16.25 – 16.35
в физкультурном/музыкальном зале (среда)		по расписанию		
Игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, уход детей домой		16.20 – 19.00		

Ознакомлены:

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Воспитатели:  
 ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 УЧРЕЖДЕНИЕ «Центр для дошкольников»  
 САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Альшева Любовь Николаевна, Заведующая

05.09.23 13:38 (MSK)

Сертификат CAB54228554DDB8C4662E8811E664673

Согласовано:  
Врач ГБДОУ № 85  
Кузьмина И.В.

Утвержден:  
Зав. ГБДОУ № 85  
Л.Н.Альшева  
Пр.от 31.08.2023 г. № 187-од

**РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД АДАПТАЦИИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА  
(ОТ 2-Х ДО 3-Х ЛЕТ)**

Приём, осмотр детей, фильтр, индивидуальное общение, игры.	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.35
Игры с детьми, индивидуальная работа педагогов с детьми на основе неформального общения.	8.35 – 10.00
Подготовка к завтраку, 2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 – 11.35
Возвращение с прогулки, общение и игры с детьми	11.35 – 11.50
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	11.55 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъём, гигиенические процедуры, гимнастика после сна	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры с детьми, индивидуальная работа педагогов с детьми на основе неформального общения, подготовка к прогулке и выход на прогулку.	16.00 – 17.00
Прогулка, уход детей домой.	17.00 – 19.00

Ознакомлены:

Воспитатели: \_\_\_\_\_

Помощник воспитателя: \_\_\_\_\_

Муз. руководитель: \_\_\_\_\_

Инструктор по физической культуре \_\_\_\_\_

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 85 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Альшева Любовь Николаевна, Заведующая

05.09.23 13:38 (MSK)

Сертификат CAB54228554DDB8C4662E8811E664673

РЕЖИМ ДНЯ  
НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД ГОДА  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 2-Х ДО 3-Х ЛЕТ.

Прием детей на участке, осмотр, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика.	7.00-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15-8.45
Игры, индивидуальная работа, подготовка к прогулке, и выход на прогулку.	8.45-9.00
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, блок совместной деятельности, индивидуальная работа, занятия	9.00-11.30 (2.30)
Питьевой режим (2-й завтрак-сок).	9.50
Возвращение с прогулки, оздоровительные закаливающие процедуры.	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.40-15.00
Подъем детей, гимнастика, воздушные процедуры.	15.00-15.35
Подготовка к полднику, полдник.	15.35-16.05
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	16.05-16.20
Прогулка: блок совместной деятельности, игры, наблюдение, воздушно-солнечные процедуры, труд, индивидуальная работа.	16.20-18.30 (2.10)
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30 - 19.00

Ознакомлены: Воспитатели: \_\_\_\_\_

## ОРГАНИЗАЦИЯ ЩАДЯЩЕГО РЕЖИМА ДНЯ

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

№	Вид деятельности в режиме дня.	Ограничения	Ответственный.
1	Приход в ДОУ	По возможности с 8.00 до 8.30	Родители
2	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
3	Гигиенические процедуры (умывание)	Т-воды 16 – 20 градусов, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель, помощник воспитателя
4	Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой).	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель
5	Питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник)	Первыми садятся за стол, докармливание детей младшего возраста	Воспитатель, помощник воспитателя
6	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одеваются в последнюю очередь, выходят последними.	Воспитатель, помощник воспитателя
7	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
8	Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка, заменяется сухой.	Помощник воспитателя
9	Физическая культура / бассейн	Отмена или снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Инструктор по физической культуре, воспитатель
10	Непосредственная образовательная деятельность статического, интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятия.	Специалисты ДОУ, воспитатель
11	Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель
12	Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроений, желаний ребенка.	Воспитатель
13	Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удаленные от окон, дверей	Воспитатель
14	Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

### Ознакомлены:

Воспитатели \_\_\_\_\_

Помощник воспитателя: \_\_\_\_\_