

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2023 г. ПО 31 МАЯ 2024 г.**  
**ДЛЯ ДЕТЕЙ младшей группы №2 «Теремок»**  
**(ОТ 3-Х ДО 4-Х ЛЕТ).**

Прием детей, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика		07.00 – 08.30		
Подготовка к завтраку, завтрак		08.30 – 08.50		
Игры, подготовка к занятиям		08.50 – 09.00		
<b>Занятия</b>				
<i>понедельник</i>	<i>вторник</i>	<i>среда</i>	<i>четверг</i>	<i>пятница</i>
9.00 – 9.15	1.9.15 – 9.30 2.9.35 – 9.50	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15 (физ)	9.00 – 9.15
10.05-10.20 (физ)	(бас)	9.25 – 9.40	9.25 – 9.40	10.15-10.30 (муз)
16.25 –16.40 (муз)	-	-		
<b>Самостоятельная деятельность, игры, подготовка ко второму завтраку</b>				
10.20 – 10.35	9.00 – 9.15	9.40 – 10.35	9.40 – 10.35	9.15-10.15
-	9.50 – 10.35	-	-	10.30-10.35
2-й завтрак		10.35 – 10.40		
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к прогулке.		10.40 – 11.00		
Дневная прогулка (игры, наблюдения, труд).		11.00 – 12.00		
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду		12.00 – 12.15		
Обед, подготовка ко сну		12.15 – 12.45		
Дневной сон.		12.45 – 15.15		
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры.		15.15 – 15.30		
Подготовка к полднику, полдник		15.30 – 15.50		
Игры, досуги, организованная, самостоятельная, дополнительная, образовательная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке.		15.50 – 17.00		
Прогулка, уход детей домой.		17.00 – 19.00		

Ознакомлены:

Воспитатели: \_\_\_\_\_

Помощник воспитателя: \_\_\_\_\_

**ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ**  
**НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2023 г. ПО 31 МАЯ 2024 г.**  
**ДЛЯ ДЕТЕЙ 2-й младшей группы «Теремок»**  
**(ОТ 3-Х ДО 4-Х ЛЕТ).**

Прием детей, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика					07.00 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак					08.30 – 08.50
Игры, подготовка к занятиям					08 50 – 09.00
<b>Занятия</b>					
<i>понедельник</i>	<i>вторник</i>	<i>среда</i>	<i>четверг</i>	<i>пятница</i>	
9.00 – 9.15	1.9.15 – 9.30 2.9.35– 9.50	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15 (физ)	9.00 – 9.15	
10.05-10.20 (физ)	(бас)	9.25 – 9.40	9.25 – 9.40	10.15-10.30 (муз)	
16.25 -16.40 (муз)	-	-			
<b>Самостоятельная деятельность, игры, подготовка ко второму завтраку</b>					
10.20 – 10.35	9.00 – 9.15	9.40– 10.35	9.40 – 10.35	9.15-10.15	
-	9.50 – 10.35	-	-	10.30-10.35	
2-й завтрак					10.35 – 10.40
Совместная деятельность, игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей					10.40 – 11.50
Выход в свободное помещение, подвижные игры, конструктивная деятельность, ознакомление с помещениями ДОУ					11.50 – 12.15
Возвращение с прогулки, игры,					12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну					12.15 – 12.45
Дневной сон.					12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры.					15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник					15.30 – 15.50
Игры, досуги, организованная, самостоятельная, дополнительная, образовательная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке.					15.50 – 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

Помощник воспитателя:

05.09.23 13:38 (MSK)

Сертификат CAB54228554DD88C4662E8811E664673

**РЕЖИМ ДНЯ  
НА ПЕРИОД АДАПТАЦИИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3-Х ДО 4-Х ЛЕТ**

Прием детей, игры, индивидуальная работа	07.00 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.50
Игры, индивидуальная работа педагогов с детьми на основе неформального общения.	08.50 – 10.35
Подготовка ко второму завтраку, 2-й завтрак	10.35 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (ИГРЫ, НАБЛЮДЕНИЯ)	10.40 – 12.00
Возвращение с прогулки, общение и спокойные игры с детьми, подготовка к обеду.	12.00 – 12.15
Обед, подготовка ко сну	12.15 – 12.45
Дневной сон.	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры.	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 15.50
Игры, индивидуальная работа совместная деятельность педагога с детьми	15.50 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.00 – 19.00

Ознакомлены:

Воспитатели: \_\_\_\_\_

Помощник воспитателя \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Врач ГБДОУ № 85  
Кузьмина И.В.

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

**РЕЖИМ ДНЯ  
НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД ГОДА  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3-Х ДО 4-Х ЛЕТ.**

Прием детей на участке, осмотр, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика.	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-8.50
Игры, индивидуальная работа, подготовка к прогулке, и выход на прогулку.	8.50-9.15
Прогулка: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, совместная, образовательная, физкультурно-оздоровительная, деятельность, индивидуальная работа	9.15-12.00 (2.45)
Питьевой режим (2-й завтрак).	10.35 - 10.45
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду.	12.00-12.15
Обед, подготовка ко сну	12.15-12.45
Дневной сон.	12.45-15.15
Подъем детей, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры, игры.	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник.	15.30-15.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	15.50-16.30
Прогулка: совместная деятельность, игры, наблюдение, воздушно-солнечные процедуры, труд, индивидуальная работа. Уход детей домой.	16.30-19.00 (2.30)

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

## 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: \_\_\_\_\_