

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2024 г. ПО 31 МАЯ 2025 г.**  
**ДЛЯ ДЕТЕЙ старшей группы №2 «Родничок»**  
**(от 5 до 6 лет).**

Прием детей, игры, индивидуальная работа		7.00 – 8.15		
		Понедельник, среда 7.00 – 8.05		
Утренняя гимнастика		8.15 – 8.25		
Подготовка к завтраку, завтрак		8.25 – 8.50		
Игры, подготовка к занятиям		8.50 – 9.00		
<b>Занятия</b>				
<i>понедельник</i>	<i>вторник</i>	<i>среда</i>	<i>четверг</i>	<i>пятница</i>
1.8.05 – 8.30 2.9.00 – 9.25 <i>(бас)</i>	9.00 – 9.25	9.00 – 9.25	8.05 – 8.30 <i>(муз)</i>	9.00 – 9.25 <i>(физ)</i>
9.35 – 10.00	10.15 – 10.40 <i>(муз)</i>	9.35 – 10.00	9.00 – 9.25	9.35 – 10.00
15.50 – 16.15	-	15.50 – 16.15 <i>(физ)</i>	15.50 – 16.15	-
<b>Самостоятельная деятельность, игры, образовательная деятельность, подготовка ко 2 завтраку</b>				
10.00 – 10.45	9.25 – 10.15	10.00 – 10.45	9.25 – 10.45	10.00 – 10.45
-	-	-	-	-
2-й завтрак		10.45 – 10.50		
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку		10.50 – 11.00		
Дневная прогулка <i>(игры, наблюдения, труд)</i>		11.00 – 12.05		
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность,		12.05 – 12.15		
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну.		12.15 – 12.45		
Дневной сон		12.45 – 15.15		
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, игры, подготовка к полднику		15.15 – 15.30		
Полдник		15.30 – 15.50		
Чтение художественной литературы, игры, досуги, организованная, совместная, самостоятельная, дополнительная образовательная деятельность.		15.50 – 17.00 <i>Пн, ср, чт.: 16.15 – 17.00</i>		
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.		17.00 – 19.00		

**ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ**  
**НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2024 г. ПО 31 МАЯ 2025 г.**  
**ДЛЯ ДЕТЕЙ старшей группы №2 «Родничок»**  
**(ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ).**

Прием детей, игры, индивидуальная работа		7.00 – 8.15		
		Понедельник, среда 7.00 – 8.05		
Утренняя гимнастика		8.15 – 8.25		
Подготовка к завтраку, завтрак		8.25 – 8.50		
Игры, подготовка к занятиям		8.50 – 9.00		
<b>Занятия</b>				
<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
1.8.05 – 8.30 2.9.00 – 9.25 <i>(бас)</i>	9.00 – 9.25	8.05 – 8.30 <i>(физ)</i>	8.05 – 8.30 <i>(муз)</i>	9.00 – 9.25 <i>(физ)</i>
9.35 – 10.00	10.15 – 10.40 <i>(муз)</i>	9.00 – 9.25	9.00 – 9.25	9.35 – 10.00
15.50 – 16.15	-	15.50 – 16.15	15.50 – 16.15	-
<b>Самостоятельная деятельность, игры, подготовка ко 2 завтраку</b>				
10.00 – 10.45	9.25 – 10.15	9.25 – 10.45	9.25 – 10.15	10.00 – 10.45
-	-	-	-	-
2-й завтрак		10.45 – 10.50		
Игры, наблюдения, индивид. работа, самостоятельная деятельность детей.		10.50 – 11.45		
Выход в свободное помещение, подвижные игры, ознакомление с помещениями детского сада		11.45 – 12.15		
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну.		12.15 – 12.45		
Дневной сон		12.45 – 15.15		
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры.		15.15 – 15.30		
Подготовка к полднику, полдник		15.30 – 15.50		
Чтение художественной литературы, игры, досуги, организованная, совместная, самостоятельная, дополнительная образовательная деятельность		15.50 – 17.00  <i>Пн, ср, чт.: 16.15 – 17.00</i>		
Индивид. работа, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой.		17.00 – 19.00		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Согласовано:  
Врач ГБДОУ № 85 \_\_\_\_\_

Утвержден:  
Зав.ГБДОУ № 85  
Л. Н. Альшева  
Пр.от 30.08.2024 № 138-од

**РЕЖИМ ДНЯ  
НА ПЕРИОД АДАПТАЦИИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ.**

Прием детей, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельные игры, индивидуальная работа педагога с детьми на основе неформального общения.	8.50 – 10.45
Подготовка ко второму завтраку, 2-й завтрак	10.45 – 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.50 – 12.05
Возвращение с прогулки	12.05 – 12.15
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	12.15 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъём, воздушные процедуры, игры.	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа, чтение худ. литературы	15.50 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.00 – 19.00

Ознакомлены:

Воспитатели: \_\_\_\_\_

Помощник воспитателя: \_\_\_\_\_

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

09.09.24 16:11 (MSK)

Сертификат B56946F39BBF9FDF11FF063CC838B6BB

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**  
**ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ.**

Приём детей на участке, осмотр, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика.	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 - 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 - 12.00 (2.50)
Питьевой режим (2-й завтрак).	10.45 - 10.55
Возвращение с прогулки, оздоровительные закаливающие процедуры.	12.00 - 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.45 - 15.15
Подъем детей, гимнастика, воздушные процедуры.	15.15 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник.	15.30 - 15.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	15.50 - 16.30
Прогулка: блок совместной деятельности, игры, наблюдение, воздушно-солнечные процедуры, труд, индивидуальная работа.	16.30 - 19.00 (2.30)
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30 - 19.00

Ознакомлены:

Воспитатели: \_\_\_\_\_

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

09.09.24 16:11 (MSK)

Сертификат B56946F39BBF9FDF11FF063CC838B6BB

Помощник воспитателя: \_\_\_\_\_

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ