

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ
НА ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ 2024 г. ПО 31 МАЯ 2025 г.
ДЛЯ ДЕТЕЙ средней группы №1 «Солнышко»
(от 4 до 5 лет).

Прием детей, игры, индивидуальная работа		7.00 – 8.15		
Утренняя гимнастика		8.15 – 8.25		
Подготовка к завтраку, завтрак		8.25 – 8.50		
Игры, подготовка к занятиям		8.50 – 9.00		
Занятия				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
9.00 – 9.20	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20	8.10 – 8.30 (физ)	9.00 – 9.20
9.40 – 10.00 (муз)	-	10.20 – 10.40 (муз)	9.00 – 9.20	10.10 – 10.30 (физ)
-	1.16.00 – 16.20 2.16.25 – 16.45 (бас)	-	-	-
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка ко 2 завтраку				
9.20 – 9.40	9.20 – 10.40	9.20 – 10.20	9.20 – 10.40	9.20 – 10.10
10.00 – 10.40	-	-	-	10.30 – 10.40
2-й завтрак		10.40 – 10.45		
Игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей		10.45 – 11.45		
Выход в свободное помещение, подвижные игры, конструктивная деятельность, ознакомление с помещениями ДОУ.		11.45 – 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, подготовка к образовательной деятельности		15.30 – 15.50		
Игры, чтение худ. литературы, досуговая, организованная, самостоятельная деятельность детей, дополнительная образовательная деятельность.		15.50 – 17.00 <i>Вторник:</i> 15.50 – 16.00 16.45 – 17.00		
Индивидуальная работа, совместная (игровая) деятельность педагога с детьми, уход детей домой.		17.00 – 19.00		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

Прием детей, игры, индивидуальная работа		7.00 – 8.15 <i>Вторник 7.00 – 8.00</i> <i>Четверг 7.00 – 8.05</i>		
Утренняя гимнастика		8.15 – 8.25		
Подготовка к завтраку, завтрак		8.25 – 8.50		
Игры, подготовка к занятиям		8.50 – 9.00		
Занятия				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
9.00 – 9.25	8.00 – 8.25 <i>(муз)</i>	9.00 – 9.25 <i>(физ)</i>	9.00 – 9.25	9.00 – 9.25
1.11.20 – 11.45 2.11.50 – 12.15 <i>(бас)</i>	9.00 – 9.25	9.35 – 10.00	10.15 – 10.40 <i>(муз)</i>	9.35 – 10.00 <i>(физ)</i>
15.50 – 16.15	-	15.50 – 16.15	15.50-16.15	
Самостоятельная деятельность детей, игры, подготовка ко 2 завтраку				
9.25 – 10.45	9.25 – 10.45	10.00 – 10.45	9.25 – 10.15	10.00 – 10.45
11.45 – 12.15	-	-	-	-
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		
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 худ. литературы, игры, досуги, организованная, совместная, самостоятельная, дополнительная образовательная деятельность.		15.50 – 17.00 <i>Пн, ср, чт.: 16.15 – 17.00</i>		
Индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой.		17.00 – 19.00		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД АДАПТАЦИИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 4 ДО 5 ЛЕТ.**

Прием детей игры, индивидуальная работа	7.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.50
Игры, индивидуальная работа педагога с детьми на основе неформального общения, подготовка ко второму завтраку	8.50 – 10.40
2-й завтрак	10.40 – 10.45
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения).	10.45 – 12.00
Возвращение с прогулки, общение, спокойные игры	12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	12.15 – 12.45
Дневной сон.	15.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, игры.	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 15.50
Игры, совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа, подготовка к прогулке	15.50 – 17.00
Прогулка, уход детей домой	17.00 – 19.00

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 4-Х ДО 5-ТИ ЛЕТ**

Прием детей на участке, осмотр, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика.	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 - 8.50
Игры, инд. работа, подготовка к прогулке, и выход на прогулку.	8.50 - 9.10
Прогулка: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, совместная, образовательная, физкультурно-оздоровительная, музыкально-досуговая деятельность, индивидуальная работа.	9.10 - 12.00 (2.50)
Питьевой режим (2-й завтрак).	10.40 - 10.50
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду	12.00 - 12.15
Обед, подготовка ко сну	12.15 - 13.45
Дневной сон.	13.45 - 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.	16.30 - 19.00 (2.30)

Воспитатели _____

Пом. воспитателя _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

09.09.24 16:11 (MSK)

Сертификат B56946F39BBF9FDF11FF063CC838B6BB

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

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 83 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Алышева Любовь Николаевна, инструкторы по физ. культуре) 10.09.24 11:36 (MSK) Сертификат B56946F39BBF9FDF11FF063CC838B6BB