

ПРИНЯТО  
 решением Педагогического совета  
 ГБДОУ детский сад № 76  
 Центрального района СПб  
 протокол от 23.08.2021 г. № 1

СОГЛАСОВАНО  
 Врач *Гришанкова*

УТВЕРЖДЕН  
 Заведующим ГБДОУ детский сад № 76  
 Центрального района СПб

\_\_\_\_\_ Н.П. Шкурина  
 Приказ от 30.08.2021 г. № 28

**Режим дня с 12 часовым пребыванием детей. Холодный период**

Режимные мероприятия	Возрастные группы ДОУ			
	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет
<b>ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>				
Прием детей (утренний фильтр, взаимодействие педагога с родителями, свободные игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа педагога с ребенком)	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренняя зарядка (со спортивным инвентарем и без него)	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Утренний круг (для вхождения в тему дня, развития когнитивных и коммуникативных способностей, саморегуляции детей)	-	8.10– 8.30	8.10– 8.30	8.10 – 8.30
Завтрак (подготовка к завтраку, дежурство, гигиенические процедуры до и после)	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Образовательная нагрузка – занятие* (в середине занятия – физкультминутка)	9.00 – 9.10	9.00 – 9.15	9.00 – 9.20	9.00 – 9.25
10 мин-й перерыв между занятиями, в том числе двигательные игры малой и средней подвижности	9.10 – 9.20	9.15 – 9.25	9.20 – 9.30	9.25 – 9.35
Образовательная нагрузка - занятие* (в середине занятия – физкультминутка)	9.20 – 9.30	9.25 – 9.40	9.30 – 9.50	9.35 – 10.00
Самостоятельная деятельность детей (двигательная активность, игры)	9.30 – 10.00	9.40 – 10.00	9.50 – 10.00	-
2-й завтрак***	10.00 – 10.20	10.00 – 10.20	10.00 – 10.20	10.00 – 10.20
Образовательная нагрузка - занятие* (в середине занятия – физкультминутка)	-	-	-	-
Прогулка** (подготовка к прогулке, переодевание. Наблюдения, труд, упражнения, игры средней и высокой подвижности (30 мин), самостоятельная двигательная активность детей. Возвращение с прогулки)	10.20 – 11.40	10.20 – 12.00	10.20 – 12.00	10.20 – 12.00
Обед (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры до и после, прием пищи, дежурство)	11.40 – 12.30	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00
Дневной сон** (подготовка ко сну: переодевание, чтение перед сном. Пробуждение, гимнастика после сна)	12.30 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30
<b>ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>				
«Уплотненный» полдник *** (гигиенические процедуры до и после)	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00
Образовательная нагрузка – занятие 3* (в середине занятия – физкультминутка)	-	-	-	16.00 – 16.25
Самостоятельная деятельность детей/совместная деятельность с взрослым (групповая, индивидуальная)	16.00 – 16.30	16.00 – 16.40	16.00 – 16.40	16.25 – 16.40
Прогулка** (подготовка к прогулке, переодевание. Наблюдения, труд, упражнения, игры средней и высокой подвижности (30 мин), самостоятельная двигательная активность детей, беседы с родителями. Уход детей домой)	16.30 – 19.00	16.40 – 19.00	16.40 -19.00	16.40 -19.00

Примечание: Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПиН

1. СанПиН 1.2.3685-21 VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи

\*Таблица 6.6 Требования к организации образовательного процесса (начало занятий, продолжительность занятия, продолжительность перерывов между занятиями)

\*\*Таблица 6.7 Показатели организации образовательного процесса (сон, прогулка, двигательная активность, утренняя зарядка)

2. \*\*\*Таблица 4 Прил. № 10 гл. VIII/СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»