

ПРИНЯТО
 решением Педагогического совета
 ГБДОУ детский сад № 76
 Центрального района СПб
 протокол от 26.08.2025 г. № 1

СОГЛАСОВАНО
 Врач _____

УТВЕРЖДЕН
 Заведующим ГБДОУ детский сад № 76
 Центрального района СПб

_____ Н.П. Шкурина
 Приказ от 28.08.2025 г. № 28

Режим дня с 12 часовым пребыванием детей. Холодный период

Возрастная группа	Мл.-средняя гр.		Старше-подгот. гр.	
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ				
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	
Утренняя зарядка (со спортивным инвентарем и без него)	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	
Завтрак (подготовка к завтраку, дежурство, гигиенические процедуры до и после)	8.30 – 9.00		8.30 – 9.00	
Самостоятельная деятельность детей (двигательная активность, индивидуальные и подгрупповые игры)	-	9.00 – 9.15		9.00 – 9.25
1 Занятие * в игровой форме по подгруппам (включая физкультминутку в процессе занятия)	9.00 – 9.15	9.15 – 9.35	9.00 – 9.25	9.25 – 9.55
Самостоятельная деятельность детей (двигательная активность, индивидуальные и подгрупповые игры)	9.15 – 9.35	-	9.25 – 10.20	9.55 – 10.20
2 Занятие*	9.45 – 10.00	9.45 – 10.05	10.20-10.50	
Самостоятельная деятельность детей (двигательная активность, игры)	-	-	-	-
2-й завтрак*** (гигиенические процедуры до и после)	10.05 – 10.20		10.05 – 10.20	10.05 – 10.20
Прогулка** (подготовка к прогулке, переодевание. Наблюдения, труд, упражнения, игры средней и высокой подвижности (30 мин), самостоятельная двигательная активность детей. Возвращение с прогулки)	10.20 – 12.00		10.20 – 12.00	
Обед (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры до и после, прием пищи, дежурство)	12.00 – 13.00		12.00 – 13.00	
Дневной сон** (подготовка ко сну: переодевание, чтение перед сном. Пробуждение, гимнастика после сна)	13.00 – 15.30		13.00 – 15.30	

ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ			
«Уплотненный» полдник *** (гигиенические процедуры до и после)	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	
3 Занятие* в игровой форме по подгруппам (включая физкультминутку в процессе занятия)	-	16.00 – 16.25	16.25 – 16.55
Самостоятельная деятельность детей/совместная деятельность с взрослым (групповая, индивидуальная)	16.00 – 16.40	16.25 – 16.55	16.00 – 16.25
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)	16.40 -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»