

ПРИНЯТО
Педагогическим советом ГБДОУ детский сад № 123
Адмиралтейского района СПб.
протокол № 1 от 31.08.2022

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ детский сад №123
Приказ от 31.08.2022г № 185 _____ А.Д.Петрова

Режим дня возрастных групп

ГБДОУ детского сада присмотра и оздоровления № 123 Адмиралтейского района СПб. на 2022-2023 учебный год

Деятельность	Раннего дошкольного возраста	Младшего дошкольного возраста	Среднего дошкольного возраста	Старшего дошкольного возраста (5-7)
Приход детей, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, утренняя гимнастика (до 10 минут)	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, <i>завтрак</i>	8.30 - 8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность детей. Игры	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Занятия, перерывы между занятиями – 10 мин. Самостоятельная и совместная деятельность	9.00 – 9.10 9.20- 9.30	9.00 – 9.40	9.00-10.10	9.00-10.50 09.00-09.25 (1 п) 09.35-10.05 (2 п) 10.20-10.50 (1 и 2 п)
<i>Второй завтрак</i>	9.30 - 9.40	9.40 - 9.50	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	9.40-11.10	9.50-11.30	10.20-12.00	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	11.10-11.20	11.30-12.05	12.00-12.10	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-11.50	12.05-12.35	12.10-12.40	12.20-12.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	11.50-12.00	12.35-12.45	12.40-12.45	12.45-12.50
Дневной сон	12.00-15.00	12.45-15.15	12.45-15.15	12.50-15.20
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.00-15.15	15.15-15.30	15.15-15.30	15.20-15.30
<i>Полдник</i>	15.15-15.35	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
Самостоятельная и совместная с педагогом деятельность, развлечение	15.35-16.10	15.50-16.15	15.50-16.45	15.50-16.10
Занятие	16.10-16.20 16.30-16.40	-	-	16.10-16.40
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16.40-17.00	16.15-17.00	16.45-17.00	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-19.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Постепенный уход детей домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	-
Суммарная продолжительность прогулки	3 часа	3ч. 10 мин.	3ч. 10 мин.	3 ч. 20 мин.
Продолжительность дневного сна	3 часа	2 ч. 30 мин.	2 ч. 30 мин.	2 ч. 30 мин.
Суммарный объём двигательной активности в день не менее	1 ч.30 мин.	1 ч. 40 мин.	1 ч. 40 мин.	1 ч. 50 мин.

Режим дня группы раннего дошкольного возраста на холодный период года

Деятельность	Время
Приход детей, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, утренняя гимнастика (до 10 минут)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, <i>завтрак</i>	8.30 - 8.50
Самостоятельная деятельность детей. Игры	8.50 – 9.00
Занятия, перерывы между занятиями – 10 мин.	9.00 – 9.10 9.20- 9.30
<i>Второй завтрак</i>	9.30 - 9.40
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	9.40-11.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	11.10-11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-11.50
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.00-15.15
<i>Полдник</i>	15.15-15.35
Самостоятельная и совместная с педагогом деятельность, развлечение	15.35-16.10
Занятие	16.10-16.20 16.30-16.40
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	17.00-18.30
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Постепенный уход детей домой	18.30-19.00

Суммарная продолжительность прогулки: 3ч.; продолжительность дневного сна: 3ч.; суммарный объём двигательной активности в день: не менее 1 ч. 30 мин.

Режим дня группы младшего дошкольного возраста на холодный период года

Деятельность	Время
Приход детей, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, утренняя гимнастика (до 10 минут)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, <i>завтрак</i>	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность детей. Игры	8.50 – 9.00
Занятия, перерывы между занятиями – 10 мин.	9.00 – 9.40
<i>Второй завтрак</i>	9.40 - 9.50
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	9.50-11.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	11.30-12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.35
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.35-12.45
Дневной сон	12.45-15.15
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.15-15.30
<i>Полдник</i>	15.30-15.50
Самостоятельная и совместная с педагогом деятельность, развлечение	15.50-16.15
Занятия	-
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	16.15-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	17.00-18.30
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Постепенный уход детей домой	18.30-19.00

Суммарная продолжительность прогулки: 3ч.10 мин.; продолжительность дневного сна: 2ч.30 мин.; суммарный объём двигательной активности в день: не менее 1 ч.40 мин.

Режим дня группы среднего дошкольного возраста на холодный период года

Деятельность	Время
Приход детей, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, утренняя гимнастика (до 10 минут)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, <i>завтрак</i>	<i>8.30 – 8.50</i>
Самостоятельная деятельность детей. Игры	8.50 – 9.00
Занятия, перерывы между занятиями – 10 мин.	9.00-10.10
<i>Второй завтрак</i>	<i>10.10-10.20</i>
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	10.20-12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	<i>12.10-12.40</i>
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.40-12.45
Дневной сон	<i>12.45-15.15</i>
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.15-15.30
<i>Полдник</i>	<i>15.30-15.50</i>
Самостоятельная и совместная с педагогом деятельность, развлечение	15.50-16.45
Занятие	-
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	16.45-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	17.00-18.30
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Постепенный уход детей домой	18.30-19.00

Суммарная продолжительность прогулки: 3ч. 25 мин.; продолжительность дневного сна: 2ч.30 мин.; суммарный объём двигательной активности в день: не менее 1 ч.40 мин.

Режим дня группы старшего дошкольного возраста на холодный период года

Деятельность	Время
Приход детей, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, утренняя гимнастика (до 10 минут)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, <i>завтрак</i>	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность детей. Игры	8.50 – 9.00
Занятия, перерывы между занятиями – 10 мин.	9.00-10.50
<i>Второй завтрак</i>	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.45-12.50
Дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.20-15.30
<i>Полдник</i>	15.30-15.50
Самостоятельная и совместная с педагогом деятельность, развлечение	15.50-16.10
Занятие	16.10-16.40
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой.	17.00-19.00

Суммарная продолжительность прогулки: 3 ч.20 мин.; продолжительность дневного сна: 2ч.30 мин.; суммарный объём двигательной активности в день: не менее 1 ч.50 мин.