

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №78
Невского района Санкт-Петербурга
Иванова Е.А.



**РЕЖИМ ДНЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ
«ТЕРЕМОК»
(на холодный период)**

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность детей, игры, утренняя зарядка	7.00-7.50
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.40
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей	8.40-8.50
Занятия (продолжительностью не более 30 минут, перерыв на самостоятельную деятельность детей не менее 10 минут)	8.00-10.15
Второй завтрак	10.15-10.25
Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей подготовка к занятию, занятие (продолжительностью не более 30 минут)	10.25- 11.05
Подготовка к прогулке, прогулка	11.05-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, подготовка к обеду	12.20-12.30
Обед	12.30-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.35
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей	15.35-15.45
Занятие	15.45-16.15
Самостоятельная деятельность детей. Чтение художественной литературы Занятия в кружках. Совместная деятельность воспитателя, специалистов ДОУ с детьми. Индивидуальная работа.	16.15-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.45-19.00

ЗАНЯТИЯ

Продолжительность занятия детей 6-7 лет составляет не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает 1,5 часов. В середине времени, отведенного на занятие, проводят динамические паузы. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуют в первую половину дня. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 30 минут в день.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №78
Невского района Санкт-Петербурга
Иванова Е.А.



**РЕЖИМ ДНЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ
«КОЛОБОК»
(на холодный период)**

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность детей, игры, утренняя зарядка	7.00-7.50
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.40
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей	8.40-8.50
Занятия (продолжительностью не более 30 минут, перерыв на самостоятельную деятельность детей не менее 10 минут)	8.00-10.10
Второй завтрак	10.10-10.20
Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей подготовка к занятию, занятие (продолжительностью не более 30 минут)	10.20- 11.05
Подготовка к прогулке, прогулка	11.05-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, подготовка к обеду	12.20-12.30
Обед	12.30-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.35
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей	15.35-15.45
Занятие	15.45-16.15 или 16.20-16.50
Самостоятельная деятельность детей. Чтение художественной литературы Занятия в кружках. Совместная деятельность воспитателя, специалистов ДОУ с детьми. Индивидуальная работа.	15.45-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.45-19.00

ЗАНЯТИЯ

Продолжительность занятия детей 6-7 лет составляет не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает 1,5 часов. В середине времени, отведенного на занятие, проводят динамические паузы. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуют в первую половину

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №78
Невского района Санкт-Петербурга
Иванова Е.А.



дня. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 30 минут в день.

**РЕЖИМ ДНЯ СТАРШЕЙ ГРУППЫ
«СОЛНЫШКО»
(на холодный период)**

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность детей, игры, утренняя зарядка	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.45
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность детей	8.45-9.00
Занятия (продолжительностью не более 25 минут, перерыв на самостоятельную деятельность детей не менее 10 минут)	09.00-09.25 09.40-10.05
Второй завтрак	10.05-10.15
Самостоятельная деятельность детей	10.15-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35-12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, подготовка к обеду	12.25-12.40
Обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.40
Занятие	15.45-16.10
Самостоятельная деятельность детей. Чтение художественной литературы Занятия в кружках Совместная деятельность воспитателя, специалистов ДОУ с детьми. Индивидуальная работа.	16.25-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50-18.30
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.35-19.00

ЗАНЯТИЯ

Продолжительность занятия для детей 5-6 лет составляет не более 25 минут. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей 5-6 лет, не более 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна. В середине времени, отведенного на занятие, проводят динамические паузы. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуют в первую половину дня.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №78
Невского района Санкт-Петербурга
Иванова Е.А.



**РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ
«РОМАШКА»
(на холодный период)**

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность детей, игры, утренняя зарядка	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность детей	8.40-8.50
Занятия (продолжительностью не более 20 минут, перерыв на самостоятельную деятельность детей, чтение художественной литературы не менее 10 минут)	08.50-09.45
Второй завтрак	9.55-10.05
Самостоятельная деятельность детей	10.05-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30-12.05
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	12.05-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 -12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.45
Самостоятельная деятельность детей. Чтение художественной литературы. Занятия в кружках Совместная деятельность воспитателя, специалистов ДОУ с детьми. Индивидуальная работа.	15.45-16.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.55-18.30
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30-19.00

ЗАНЯТИЯ

Продолжительность занятия для детей 4-5 лет составляет не более 20 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает 40 минут. В середине времени, отведенного на занятие, проводят динамические паузы. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №78
Невского района Санкт-Петербурга
Иванова Е.А.



РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ
«Веселая карусель»
(на холодный период)

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность детей, игры, утренняя зарядка	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность детей	8.30-8.40
Занятия (продолжительностью не более 20 минут, перерыв на самостоятельную деятельность детей, чтение художественной литературы не менее 10 минут)	8.40-9.45
Второй завтрак	9.55-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка	10.05-12.05
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	12.05-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 -12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.45
Самостоятельная деятельность детей. Чтение художественной литературы. Занятия в кружках Совместная деятельность воспитателя, специалистов ДОУ с детьми. Индивидуальная работа.	15.45-16.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.55-18.30
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30-19.00

ЗАНЯТИЯ

Продолжительность занятия для детей 4-5 лет составляет не более 20 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает 40 минут. В середине времени, отведенного на занятие, проводят динамические паузы. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №78
Невского района Санкт-Петербурга
Иванова Е.А.



**РЕЖИМ ДНЯ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ
«СВЕТЛЯЧКИ»
(на холодный период)**

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность детей, игры, утренняя зарядка	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.50
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00
Занятия (продолжительностью не более 15 минут, перерыв на самостоятельную деятельность детей, чтение художественной литературы не менее 10 минут)	9.00-10.20
Второй завтрак	9.55-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15 -11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35-15.05
Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.05-15.20
Полдник	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность детей. Чтение художественной литературы Занятия в кружках Совместная деятельность воспитателя, специалистов ДОУ с детьми. Инд. работа.	15.40-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50-18.20
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.20-19.00

ЗАНЯТИЯ

Продолжительность занятия для детей 3-4 лет составляет не более 15 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает 30 минут. В середине времени, отведенного на занятие, проводят динамические паузы. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №78
Невского района Санкт-Петербурга
Иванова Е.А.



РЕЖИМ ДНЯ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА

«РАДУГА»

(на холодный период)

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность детей, игры, утренняя зарядка	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность детей	8.30-8.40
Занятия (продолжительностью не более 10 минут, перерыв на самостоятельную деятельность детей не менее 10 минут)	8.40-9.40
Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей, подготовка ко второму завтраку	9.40-9.50
Второй завтрак	9.30- 9.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30-11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10
Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.10-15.20
Полдник	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность детей. Занятия в кружках Совместная деятельность воспитателя, специалистов ДОУ с детьми. Индивидуальная работа.	15.40-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45-18.20
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.20-19.00

ЗАНЯТИЯ

Продолжительность занятия для детей 2-3 лет составляет не более 10 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает 20 минут. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми 2-3 лет может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 10 минут в день.