

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №38 комбинированного вида Василеостровского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад №38 Василеостровского района)

**СОГЛАСОВАНО:**

врач ГБДОУ №38 \_\_\_\_\_ Тимофеева М.В.  
№38

**УТВЕРЖДАЮ:**

заведующий ГБДОУ детский сад

Василеостровского района  
Мелешкина Т.В.  
Приказ № 35 - Од от 30.08.2022 г.

**РЕЖИМЫ ДНЯ**

**Государственного бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №38 комбинированного вида  
Василеостровского района Санкт-Петербурга  
на 2022 – 2023 учебный год**

**Санкт-Петербург**

2022

Режим дня  
второй группы раннего возраста

Режимные моменты	время				
	ДОМА				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Подъем, утренний туалет	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В ДЕТСКОМ САДУ					
Прием детей, осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя зарядка	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная игровая деятельность, занятия с детьми	8.50-9.35 9.35-9.45 (1подгруппа) 10.50-11.00 (2подгруппа)	8.50-9.50 9.35-9.45	8.50-10.25 10.25-10.35 1подгруппа 10.50-11.00 2подгруппа	8.50-9.50 9.40-9.50	8.50-9.50 10.25-10.35 10.40-10.50 (подгрупп)
Второй завтрак	9.50-10.00	9.50-10.00	10.15-10.25	9.50-10.00	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.30	10.00-11.20	10.25-11.30	10.00-11.20	10.00-11.25
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.20	11.20-12.20	11.30-12.20	11.20-12.20	11.25-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00	12.20-15.00	12.20-15.00	12.20-15.00	12.20-15.00
Постепенный подъем детей	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50
Совместная деятельность с детьми, игры, занятия с детьми, досуги	15.50-16.15 16.15-16.25 1подгруппа 16.30-16.40 2подгруппа	15.50-16.15 16.15-16.25 1подгруппа 16.30-16.40 2подгруппа	15.50-16.15 16.15-16.25 1подгруппа 16.30-16.40 2подгруппа	15.50-16.15 16.15-16.25 1подгруппа 16.30-16.40 2подгруппа	15.50-16.15 16.15-16.25 1подгруппа 16.30-16.40 2подгруппа
Подготовка к прогулке, прогулка, беседа с родителями, уход детей домой	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00
ДОМА					
Прогулка с детьми	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	20.00-20.45	20.00-20.45	20.00-20.45	20.00-20.45	20.00-20.45
Укладывание, ночной сон.	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)

**Режим дня  
младшей группы общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>время</b>				
<b>ДОМА</b>					
	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
<b>Подъем, утренний туалет</b>	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
<b>В ДЕТСКОМ САДУ</b>					
Прием детей, осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя зарядка	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50
Утренний круг	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятие с детьми	9.00-9.15 9.40-9.55	9.00-9.15 9.45-10.00	9.00-9.15 9.50-10.05	9.00-9.15 9.30-9.45 10.25-10.40	9.00-9.15 10.30-10.45/ 11.25-11.40 (бассейн по подгруппам)
Второй завтрак	9.55-10.10	10.00-10.10	10.05-10.15	10.00-10.15	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.00	10.10-12.00	10.15-12.00	10.40-12.00	9.15-10.20
Подготовка к обеду, обед	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Подъем детей	15.00-15.25	15.00-15.35	15.00-15.35	15.00-15.35	15.00-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00
Совместная деятельность с детьми, игры, досуги	15.25-15.40 16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15
Самостоятельные игры детей	16.15-16.50	16.15-16.50	16.15-16.50	16.15-16.50	16.15-16.50
Вечерний круг	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, беседа с родителями, уход детей домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00
<b>ДОМА</b>					
Прогулка с детьми	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-	19.30-20.30	19.30-20.30

			20.30		
Укладывание, ночной сон.	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)

**Режим дня  
младшей группы оздоровительной направленности**

Режимные моменты	Время				
	ДОМА				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Подъем, утренний туалет</b>	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
<b>В ДЕТСКОМ САДУ</b>					
Прием детей, осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей	7.00-8.05	7.00-8.05	7.00-8.05	7.00-8.05	7.00-8.05
Утренняя зарядка	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.50	8.15-8.50	8.15-8.50	8.15-8.50	8.15-8.50
Утренний круг	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия с детьми	9.00-9.15 11.25-11.40/ 11.50-12.05 ИЗО по подгруппам	9.00-9.15 11.00-11.15/ 11.30-11.45 Бассейн по подгруппам	9.00-9.15 9.40-9.55	9.00-9.15 11.00-11.15 11.30-11.45 Бассейн по подгруппам	9.00-9.15 9.40-9.55
Самостоятельные игры детей, совместная деятельность	9.15-9.30 11.25-11.40 11.50-12.05	9.15-9.30 11.00-11.15 11.30-11.45	9.15-9.30	9.15-9.30 11.00-11.15 11.30-11.45	9.15-9.30
Второй завтрак	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.25	9.40-11.00	9.55-12.00	9.40-11.00	9.55-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.05-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Подъем детей	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00
Совместная деятельность с детьми, игры, досуги	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Вечерний круг	16.30-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40
Самостоятельные игры детей	16.40-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00	16.40 - 17.00
Подготовка к прогулке,	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

прогулка, беседа с родителями, уход детей домой					
<b>ДОМА</b>					
Прогулка с детьми	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00
Укладывание, ночной сон.	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)

**Режим дня  
средней группы общеразвивающей направленности**

Режимные моменты	время				
<b>ДОМА</b>					
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Подъем, утренний туалет</b>	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
<b>В ДЕТСКОМ САДУ</b>					
Прием детей, осмотр детей, совместная игровая деятельность.	7.00-8.05	7.00-8.05	7.00-8.05	7.00-8.05	7.00-8.05
Утренняя зарядка	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15	8.05-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.50	8.15-8.50	8.15-8.50	8.15-8.50	8.15-8.50
Утренний круг	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия с детьми	9.15-9.35 9.50-10.10 (подгр, бассейн) 10.30-10.50	9.00-9.20 10.05-10.25	9.00-9.20 9.30—9.50	9.00-9.20 10.00-10.20 10.35-10.55 (подгрупп., ИЗО)	9.00-9.20 9.30-9.50
Второй завтрак	10.50-11.10	10.25-10.35	9.50-10.10	10.55-11.05	9.50-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	11.10-12.15	10.35-12.15	10.10-12.15	11.05-12.15	10.10-12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15-13.00	12.15-13.00	12.15-13.00	12.15-13.00	12.15-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Подъем детей, оздоровительные процедуры	15.00-15.35	15.00-15.35	15.00-15.35	15.00-15.35	15.00-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00
Совместная деятельность с детьми, игры, досуги	16.00-16.25	16.00-16.25	16.00-16.25	16.00-16.25	16.00-16.25
Самостоятельная игровая деятельность детей	16.25-16.50	16.25-16.50	16.25-16.50	16.25-16.50	16.25-16.50

Вечерний круг	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, беседа с родителями, уход детей домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00
<b>ДОМА</b>					
Прогулка с детьми	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30
Укладывание, ночной сон.	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)

**Режим дня  
средней группы оздоровительной направленности**

Режимные моменты	Время				
	<b>ДОМА</b>				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.30	6.30 - 7.30	6.30 - 7.30	6.30 - 7.30	6.30 - 7.30
<b>В ДЕТСКОМ САДУ</b>					
Прием детей, осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей	7.00 – 8.15	7.00 – 8.15	7.00 – 8.15	7.00 – 8.15	7.00 – 8.15
Утренняя зарядка	8.15 – 8.30	8.15 – 8.30	8.15 – 8.30	8.15 – 8.30	8.15 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Утренний круг	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия с детьми	9.00 – 9.20 11.00 – 11.20 11.40-12.00 Бассейн (по подгр.)	9.00 – 9.55 (по подгр, ИЗО) 10.20 – 10.40	9.00 – 9.20 11.00 – 12.00 Бассейн (по подгр.)	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50	9.00 – 9.20 9.45 – 10.05
Второй завтрак	10.50 – 11.00	10.40 – 10.50	10.50 – 11.00	9.50 – 10.00	10.05 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20 – 10.45	10.50 – 12.10	9.20 – 10.45	10.00 – 12.10	10.15 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.10	12.10 – 13.10	12.00 – 13.10	12.10 – 13.10	12.10 – 13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.20	13.10-15.20	13.10-15.20	13.10-15.20	13.10-15.20
Подъем детей, оздоров. процедуры	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Совместная деятельность с детьми, игры	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Самостоятельные игры детей	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50
Вечерний круг	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00
Подготовка к прогулке,	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

прогулка, беседа с род-ми, уход детей домой					
<b>ДОМА</b>					
Прогулка с детьми	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30
Укладывание, ночной сон.	20.30-6.00	20.30-6.00	20.30-6.00	20.30-6.00	20.30-6.00

**Режим дня  
старшей группы общеразвивающей направленности**

Режимные моменты	время				
	<b>ДОМА</b>				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Подъем, утренний туалет</b>	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
<b>В ДЕТСКОМ САДУ</b>					
Прием детей, осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15
Утренняя зарядка	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50
Утренний круг	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия с детьми	9.00-9.25 10.15-10.15	9.00-9.25 9.40-10.00	9.10-9.35 9.50-10.15 (Басс.подгр) 10.30-10.50	9.00-9.25 10.10-10.30	9.00-9.25 11.25-11.45 11.55-12.15 (подгр.ИЗО)
Второй завтрак	10.15-10.25	10.00-10.10	10.15-10.25	10.00-10.10	9.25-9.35
Подготовка к прогулке, прогулка	10.25-12.25	10.10-12.10	10.50-12.25	10.30-12.20	9.35-11.25
Подготовка к обеду, обед	12.25-13.00	12.10-13.00	12.25-13.00	12.20-13.00	12.15-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Подъем детей, оздоровительные процедуры	15.00-15.35	15.00-15.35	15.00-15.35	15.00-15.35	15.00-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00	15.35-16.00
Совместная деятельность с детьми, игры, занятия, досуги	16.00-16.25	16.00-16.25	16.00-16.25	16.00-16.25	16.00-16.25
Самостоятельная игровая деятельность детей	16.25-16.50	16.25-16.50	16.25-16.50	16.25-16.50	16.25-16.50
Вечерний круг	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, беседа с родителями, уход детей домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00
<b>ДОМА</b>					
Прогулка с детьми	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30

Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30
Укладывание, ночной сон.	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)

**Режим дня  
старшей группы компенсирующей направленности**

Режимные моменты	Время				
	ДОМА				
	Понедельни к	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Подъем, утренний туалет</b>	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
В ДЕТСКОМ САДУ					
Прием детей, осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей	7.30-8.15	7.30-8.25	7.30-8.15	7.30-8.25	7.30-8.15
Утренняя зарядка	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50
Утренний круг	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия с детьми	9.00-9.25 9.40-10.05 11.45-12.05	9.00-9.25/ 9.35-10.00 (подгр.) 11.45-12.05	9.00-9.25 9.35-10.00 (подгр.) 10.25-10.45	9.00-9.25 10.20-10.45 9.45-10.05	9.00-9.35 9.35-10.10 (подгр.) Бассейн 10.20-10.40
Второй завтрак	10.05-10.15	10.00-10.10	10.00-10.10	10.05-10.15	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-11.45	10.10-11.45	10.45-12.20	10.15-12.20	10.40-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.05-13.00	12.05-13.00	12.20-13.00	12.20-13.00	12.25-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Подъем детей, оздоровительные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Совместная деятельность с детьми, игры, занятия, досуги	15.40-16.50	15.40-16.50	15.40-16.50	15.40-16.50	15.40-16.50
Вечерний круг	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, беседа с родителями, уход детей домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00
ДОМА					
Прогулка с детьми	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	19.30-20.45	19.30-20.45	19.30-20.45	19.30-20.45	19.30-20.45



Укладывание, ночной сон.	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)
--------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

**Режим дня  
подготовительной группы общеразвивающей направленности**

Режимные моменты	Время				
	ДОМА				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Подъем, утренний туалет</b>	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
В ДЕТСКОМ САДУ					
Прием детей, осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15
Утренняя зарядка	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50
Утренний круг	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия с детьми	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	9.05-9.35	9.00-9.30
	10.05-10.30	9.40-10.10	9.40-10.10	9.50-10.20	9.40-10.10
	16.00-16.30	11.45-12.15	11.45-12.15	(подгр) 11.45-12.15	(подгр.) 16.00-16.30
Игры, совместная деятельность	9.30-9.50	9.30-9.40 10.15-10.35	9.30-9.40 9.35-9.50	9.00-9.50 9.35-10.20	9.30-9.40 10.25-10.40
Второй завтрак	9.50-10.05	10.10-10.25	10.10-10.25	10.20-10.35	10.10-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30-12.00	10.25-11.45	10.25-11.45	10.35-11.45	10.40-12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	12.15-12.45	12.15-12.45	12.15-12.45	12.15-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.10	12.45-15.10	12.45-15.10	12.45-15.10	12.45-15.10
Подъем детей	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-16.00	15.20-16.00	15.20-16.00	15.20-16.00	15.20-16.00
Совместная деятельность с детьми, игры, занятия, досуги	16.00-16.30	16.00-16.30	15.50-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Вечерний круг	16.30-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, беседа с родителями, уход детей домой	16.40-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30
ДОМА					
Прогулка с детьми	17.30-18.20	17.30-18.20	17.30-18.20	17.30-18.20	17.30-18.20
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	18.20-20.45	18.20-20.45	18.20-20.45	18.20-20.45	18.20-20.45
Укладывание, ночной сон.	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)

**Режим дня  
подготовительной группы компенсирующей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>время</b>				
<b>ДОМА</b>					
	<b>Понедельни к</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
<b>Подъем, утренний туалет</b>	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
<b>В ДЕТСКОМ САДУ</b>					
Прием детей, осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей	7.30-8.25	7.30-8.25	7.30-8.25	7.30-8.25	7.30-8.25
Утренняя зарядка	8.25-8.35	8.25-8.35	8.25-8.35	8.25-8.35	8.25-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.50	8.35-8.50	8.35-8.50	8.35-8.50	8.35-8.50
Утренний круг	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятие с детьми	9.00-9.30 9.40 – 10.10 (подгр.) 11.40-12.10	9.00-9.30 9.40-10.10 (подгр.) 10.30-11.00	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50 (подгр.)	9.00-9.30 9.40-10.10 11.35-12.05	9.00-9.30 9.40-10.10 (подгр.) 10.20-10.50
Второй завтрак	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20-11.40	11.00-12.25	10.50-12-25	10.20-11.35	10.50-12.25
Возвращение с прогулки, игры, занятия	11.40-12.50	12.25-12.50	12.25-12.50	11.35-12.50	12.25-12.50
Подготовка к обеду, обед	12.50-13.20	12.50-13.20	12.50-13.20	12.50-13.20	12.50-13.20
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон	13.20-15.10	13.20-15.10	13.20-15.10	13.20-15.10	13.20-15.10
Подъем детей	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Совместная деятельность с детьми, игры, занятия, занятия со специалистами, досуги	15.40-16.25	15.40-16.25	15.40-16.50	15.40-16.25	15.40-16.25
Вечерний круг	16.25-16.35	16.25-16.35	16.25-16.35	16.25-16.35	16.25-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.35-17.30	16.35-17.30	16.35-17.30	16.35-17.30	16.35-17.30
<b>ДОМА</b>					
Прогулка с детьми	17.30-18.20	17.30-18.20	17.30-18.20	17.30-18.20	17.30-18.20
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	18.20-20.45	18.20-20.45	18.20-20.45	18.20-20.45	18.20-20.45
Укладывание, ночной сон.	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)

**Адаптационный режим предназначен для детей вновь поступивших в ГБДОУ  
на период адаптации**

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Ограничения</b>	<b>Ответственный</b>
1. Приход в детский сад.	По возможности с 8.00 до 8. 30. Удлиненный сон	Родители
2. Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Воспитатель
3. Гигиенические процедуры (умывание)	Температура воды 16-20 градусов, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель, пом. воспитателя
4. Гигиенические и закаливающие процедуры (полоскание рта после еды)	Температура воды 20-22 градусов, наливается перед полосканием.	Воспитатель, пом. воспитателя
5. Гигиенические и закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама, одевается сухая футболка	Воспитатель, пом. воспитателя
6. Питание ( завтрак, обед, полдник)	Докармливание. Первым садится за стол (младший дошкольный возраст)	Воспитатель, пом. воспитателя
7. Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю)	Одеваться в первую очередь, выходить первым	Воспитатель, пом. воспитателя
8. Возвращение с прогулки	Последним, под присмотром взрослого. Снимается влажная майка, заменяется на сухую.	Воспитатель, пом. воспитателя
9. Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную активность	Воспитатель
10. Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Руководитель физ. воспитания, воспитатель
11. Занятие статического, интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине дня	Воспитатель
12. Дневной сон	Укладывание первым, подъем по мере просыпания	Воспитатель, пом. воспитателя
13. Совместная с воспитателем деятельность	Учёт настроения, желаний	воспитатель
14. Самостоятельная деятельность (игры, ИЗО....)	Предлагать места удаленные от окон, дверей.	воспитатель
15. Уход домой	По возможности раньше	Родители

**РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ПОГОДНЫХ УСЛОВИЙ**

Пояснения к режиму дня на период неблагоприятных погодных условий:  
Под понятием «неблагоприятные погодные условия» рассматриваются варианты:

- Дождь;
- Температура воздуха ниже -15 градусов и скорость ветра более 7

- м/с  
(сокращение длительности прогулки)
- Температура воздуха ниже -15 градусов и скорость ветра более 15 м/с  
для детей до 4 лет - отмена прогулки. Для детей 5-7 лет - отмена прогулки при температуре воздуха ниже -20 градусов и скорости ветра более 15м/с.

Вместо прогулки в групповой комнате проводятся: игры, физкультурные/спортивные упражнения, наблюдения, дидактические игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми с соблюдением режима проветривания группы.

Специфика режима дня в случае неустойчивой и неблагоприятной погоды заключается в том, что организуется эмоционально насыщенная деятельность с детьми, прогулочной зоной становится все учреждение: физкультурный зал, музыкальный зал, сухой зал бассейна, где воспитатели и специалисты организуют условия для развивающей деятельности и веселые подвижные игры (см. графики использования залов на период неблагоприятных погодных условий).

### **РЕЖИМ ДНЯ при проведении праздников**

Пояснения к режиму дня при проведении праздников.

Данный вариант режима предназначен к использованию в дни проведения праздничных мероприятий в учреждении:

- Смещено время проведения утренней прогулки
- Отменена запланированных занятий

### **СКОРРЕКТИРОВАННЫЙ (ЩАДЯЩИЙ) РЕЖИМ ДНЯ.**

Данный режим назначается детям в период реконвасценции после острых заболеваний как реабилитационный и для детей 3-4 группы здоровья.

1. Уменьшение длительности дневного пребывания на 1 -1,5 часа.
2. Уменьшение индивидуальной длительности НОД интеллектуального блока.
3. Освобождение от физкультурных занятий, либо исключение из них бега, прыжков. Утренняя зарядка не отменяется.
4. Удлинение дневного сна, первого укладывать спать и последнего

- поднимать, иногда перевести на режим, соответствующий более раннему возрасту.
5. Индивидуальные сборы на прогулку под контролем взрослого (ребенок одевается на прогулку последним и после прогулки раздевается первым).
  6. Исключить нелюбимое блюдо, не заставлять съедать полную порцию (можно компенсировать дома), увеличить время, необходимое для приема пищи, соблюдать диету, давать овощи, фрукты, соки.
  7. Более частый контакт со взрослым, дать поиграть с любимой игрушкой, дать уединиться, побыть одному.
  8. Особое внимание обратить на одежду, водные процедуры с более высокой температурой.
  9. Во время непосредственно образовательной деятельности увеличить индивидуальное обращение к ребенку, не допускать переутомления, разрешить отвлечься, сократить продолжительность занятия.

Ориентировочные сроки скорректированного (щадящего) режима.

На 20-25 дней после заболеваний ОРВИ, ангиной, острым бронхитом, обострения тонзиллита.

На 25-30 дней после гриппа, обострения хронического отита, после обострения бронхиальной астмы.

На 2 месяца (часто до 6 месяцев) после пневмонии, острых детских заболеваний, сотрясения головного мозга, после операций.

Более 2 месяцев (часто постоянно) после острого нефрита, менингита.