

СОГЛАСОВАНО

Врач -педиатр ГБДОУ
Стрелкова Т.В.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ
Ж.Н. Бакаева

РЕЖИМ ДНЯ
для детей группы «Солнечный лучик»
(холодный период года)
2025/26 уч. год

ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ	
7.00 – 8.20	Прием детей, взаимодействие с родителями, свободные игры, самостоятельная деятельность детей**(30 мин)
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика
8.30 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей**
9.00 – 10.15	Занятия* ** (2 вида деятельности по 25 минут с 10 минутным перерывом, в середине – физкультминутка)
10.15 – 10.25	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак.
10.25 – 10.40	Самостоятельная деятельность воспитанников (15 мин)
10.40 – 12.20	Подготовка к прогулке. Прогулка* (игры, наблюдения, подвижные игры, труд, двигательная активность детей, самостоятельная деятельность воспитанников -2 ч)
12.20 – 12.30	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей
12.30 – 13.00	Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну
13.00 – 15.00	Дневной сон
ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ	
15.00 – 15.30	Подъем детей, гимнастика после сна, самостоятельная деятельность детей
15.30 – 15.55	Подготовка к полднику. Полдник
15.55 – 16.40	Игры, самостоятельная и организованная (труд, индивидуальная работа) деятельность детей.
16.40 -19.00	*Прогулка (подвижные игры, самостоятельная деятельность воспитанников-1,5ч., двигательная активность детей, беседы с родителями). Уход детей домой
Примечание: *СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21 Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий ** СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21 На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов. ***СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21 **** СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21п 12.5. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непрерывную образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.	

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ПОДПИСАНО

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 15
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Бакаева
Жамал Николаевна, Заведующий

01.09.25 15:01 (MSK)

Сертификат 7FBA79828FBBC372BB14F3FA6D88B313