

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №44
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

РЕЖИМЫ ДНЯ НА 2026 - 2027 УЧЕБНЫЙ ГОД

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №44 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Кондрашенко Елена Владимировна, Заведующий

01.09.26 10:23 (MSK)

Сертификат 123CD11C89BFDE1B77F19C6BE70695ED

Вариативный режим дня для всех возрастных групп

Режим дня для возрастных групп рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований:

- ФГОС ДО;
- ФОП ДО;
- СП 2.4.2.4283-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- СанПиН 2.3/2.4.4282-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения";
- СП 2.2.4285-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда";
- условий реализации программы ДОО;
- потребностей участников образовательных отношений;
- режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе.

В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №44 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Кондрашенко Елена Владимировна, Заведующий

01.09.26 10:23 (MSK)

Сертификат 123CD11C89BFDE1B77F19C6BE70695ED

№1 Режим дня по возрастным группам на **холодный** период года

<i>Мероприятия</i>	<i>ГРВ 2-3 года</i>	<i>Младшая 3-4 года</i>	<i>Средняя 4-5 лет</i>	<i>Старшая 5- 6 лет</i>	<i>Подготов 6-7 лет</i>	<i>лого</i>	
						<i>ст</i>	<i>подг</i>
Приём детей, утренний фильтр. Свободная самостоятельная деятельность детей/ Совместная образовательная деятельность в режимных моментах – <i>худож. труд</i>	07.00-07.45	07.00 -08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00
Совместная образовательная деятельность в режимных моментах (уборка игрушек, утренняя гимнастика, утренняя прогулка, гигиенические процедуры)	07.45-08.15	08.00-08.30	08.00-08.30	08.00-08.30	08.00-08.30	08.00-08.30	08.00-08.30
Завтрак	08.15-08.45	08.30-08.45	08.30-08.50	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00
Свободная самостоятельная деятельность	08.45-09.00	08.45-09.00	08.50-09.00	-----	-----	-----	-----
Занятия (С учётом перерыва 10 мин, 3-е занятие, если предусмотрено в первой половине дня)	09.00-09.10 09.20-09.30 -----	09.00-09.15 09.25-09.40 -----	09.00-09.20 09.30-09.50 -----	09.00-09.25 09.35-10.00 -----	09.00-09.30 09.40-10.10 10.20-10.50	09.00-09.25 09.35-10.00	09.00-09.30 09.40-10.10 10.20-10.50
Подготовка к второму завтраку, 2 завтрак	09.30-10.10	09.40-10.15	09.50-10.20	10.00-10.25	10.10-10.20	10.00-10.25	10.10-10.20
Подготовка к прогулке	10.10-10.30	10.15-10.30	10.20-10.45	10.25-10.45	10.50-11.00	10.25-10.45	10.50-11.00
Прогулка (игры, наблюдения)	10.30-11.30	10.30-11.45	10.45-12.00	10.45-12.15	11.00-12.20	10.45-12.15	11.00-12.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.30-12.00	11.45-12.00	12.00-12.30	12.15-12.30	12.20-13.00	12.15-12.30	12.20-13.00
Обед, подготовка ко сну	12.00-12.30	12.00-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00
Дневной сон	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00- 15.30	13.00-15.30	13.00- 15.30	13.00- 15.30	13.00- 15.30
Постепенный подъем, закаливание	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.45	15.30-15.40	15.30-15.45
Подготовка к полднику. Полдник	15.40 -16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00
Свободная самостоятельная деятельность/ Совместная образовательная деятельность в режимных моментах (игры, кукольный театр, чтение, беседы, вечерний круг.)	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.25-16.45	16.00-16.30	16.25-16.45	16.00-16.30
занятие (если предусмотрено во вторую половину дня)	16.00-16.10	-----	-----	16.00-16.25		16.00-16.25	
Подготовка к прогулке, прогулка, уход	16.30 -19.00	16.30-19.00	16.30- 19.00	16.45- 19.00	16.30-19.00	16.45-19.00	16.30-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №44 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Кондрашенко Елена Владимировна, Заведующий

01.09.26 10:23 (MSK)

Сертификат 123CD11C89BFDE1B77F19C6BE70695ED

№1 Режим дня по возрастным группам на тёплый (летний) период года

Режимные мероприятия		ГРВ	Мл. гр	Ср. гр	Ст. гр. 5-6	Подг гр. 6-7	Лого гр. 5-7
Наименование	Содержание	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	лет	лет	лет
Утренний прием	Приём детей (в хорошую погоду - на улице) Осмотр детей, термометрия. Самостоятельная деятельность детей	07.00-08.20	07.00-08.20	07.00-08.20	07.00-08.20	07.00-08.20	07.00-08.20
Утренняя зарядка	Гимнастика (в хорошую погоду - на открытом воздухе)	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00
Образовательная деятельность	По плану и расписанию (в хорошую погоду занятия переносятся на улицу)	09.00-09.10	09.00-09.15	09.00-09.20	09.00-09.25	09.00-09.30	09.00- 09.25
Перерыв	Физкультминутки, гимнастика для глаз	09.10-09.20	09.15-09.25	09.20-09.30	09.25-09.35	09.30-09.40	09.25-09.35
Образовательная деятельность	По плану и расписанию (в хорошую погоду занятия переносятся на улицу)	09.20-09.30	09.25-09.40	09.30-09.50	09.35-10.00	09.40-10.10	09.35-10.00
Прогулка	Подготовка к прогулке: туалет, переодевание. Прогулка: двигательная активность - подвижные и спортивные игры, оздоровительные процедуры. Возвращение с прогулки	09.30-10.15	09.40-10.30	09.50-10.30	10.00-10.30	10.10-10.30	10.00-10.30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	10.15-10.45	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Прогулка.	Подготовка к прогулке: гигиенические процедуры, переодевание. Прогулка: двигательная активность - подвижные и спортивные игры, оздоровительные процедуры - воздушные и солнечные ванны, игры с водой; самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки: переодевание, мытьё ног -	10.45-11.45	11.00-11.45	11.00-12.00	11.00-12.00	11.00-12.00	11.00-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи:	11.45-12.15	11.45-12.15	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №44 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Кондрашенко Елена Владимировна, Заведующий

01.09.26 10:23 (MSK)

Сертификат 123CD11C89BFDE1B77F19C6BE70695ED

	гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи						
Дневной сон	Подготовка ко сну: гигиенические процедуры, переодевание, укладывание в кровати. Дневной сон	12.15-15.15	12.15-15.15	12.30- 15.00	12.30-15.00	12.30- 15.00	12.30- 15.00
Пробуждение	Постепенный подъем, оздоровительные процедуры– воздушные ванны, корректирующая гимнастика, дыхательная гимнастика	15.15-15.40	15.15-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Полдник (уплотнённый)	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.40 -16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Прогулка, уход домой	Самостоятельная деятельность. Подготовка к прогулке: туалет, переодевание; Прогулка: двигательная активность - подвижные и спортивные игры. Самостоятельная деятельность. Уход домой	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №44 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Кондрашенко Елена Владимировна, Заведующий

01.09.26 10:23 (MSK)

Сертификат 123CD11C89BFDE1B77F19C6BE70695ED

№2 Адаптационный режим (носит рекомендательный характер)

Адаптационный режим дня выстраивается индивидуально для каждого ребенка, вновь поступающего ДОУ. При комплектовании новой группы воспитанников от 2 до 3 лет и от 3 до 4 лет приём осуществляется постепенно, в соответствии с графиком, составленным воспитателями, с учётом степени адаптации. Приём воспитанников в группы от 2 до 3 лет и от 3 до 4 лет осуществляется по щадящему режиму.

Рекомендуемый график адаптации: I неделя - пребывание воспитанника в детском саду не более - 2-х часов в первую половину дня; II неделя – пребывание воспитанника в детском саду до дневного сна; III неделя – пребывание воспитанника в детском саду, включая дневной сон; IV неделя – пребывание воспитанника в саду до 16 час. 00 мин. V неделя – пребывание воспитанника в детском саду в течение всего дня в зависимости от эмоционального состояния ребёнка. Адаптационный период может удлиняться или сокращаться в зависимости от индивидуальных особенностей воспитанников, характера течения адаптации, в зависимости от того, посещал ли ребёнок дошкольное учреждение или поступил из семьи.

Режим дня на период адаптации для детей младшей группы и группы раннего возраста

Режимные моменты	Время
Приём. Взаимодействие с родителями. Самостоятельная и совместная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная)	7.00-8.30
Завтрак	08.30-09.00
Совместная деятельность (игровая, двигательная, продуктивная)	09.00-09.30
Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная)	09.30-09.45.
Уход детей домой	09.00-10.30.
Второй завтрак	09.45-10.00
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.00-11.30
Уход детей домой	10.00-11.30
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	11.30-12.00
Обед. Подготовка ко сну	12.00-12.30
Уход детей домой	12.00-12.30
Дневной сон	12.30-15.30
Постепенный подъём. Гигиенические процедуры.	15.30-15.45
Полдник	15.45 -16.00
Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная)	16.00-16.50
Уход детей домой	16.00-16.50
Совместная деятельность (чтение, кукольный театр)	16.50-17.30
Подготовка к прогулке	16.50-17.30
Прогулка, уход домой	17.30-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №44 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Кондрашенко Елена Владимировна, Заведующий

01.09.26 10:23 (MSK)

Сертификат 123CD11C89BFDE1B77F19C6BE70695ED

№3 Режим дня на время карантина

При карантине, на время действия карантина организация режимных моментов и образовательного процесса согласуется с врачом-педиатром с учетом заболевания и профилактических мероприятий

Действует на период наложения карантина, устанавливается по рекомендации медицинской организации, обслуживающей ГБДОУ детский сад №38

Режим дня в группах на время карантина

На время действия карантина организация образовательного процесса согласуется с врачом с учётом типа заболевания и организацией профилактических мероприятий.

Рекомендации:

1. Усиливается утренний фильтр детей при приеме в группу
2. Все образовательные мероприятия, запланированные к проведению в музыкальном или физкультурном зале, проводятся в групповом помещении.
3. Для организации образовательных мероприятий в группе используются только те пособия и игрушки, которые можно обрабатывать обеззараживающими растворами.
4. Не проводится работа с раздаточным материалом.
5. Увеличивается количество культурно-гигиенических мероприятий (мытьё рук, личная гигиена)
6. Прекращается контакт с другими группами.
7. Уменьшается время занятий и увеличивается время прогулок (для более продолжительного сквозного проветривания, санитарной обработки группового помещения).

№4 Индивидуальный щадящий режим после перенесённых заболеваний

Данный режим назначается часто болеющим детям и детям в период реабилитации после перенесенных острых заболеваний для снижения физической и интеллектуальной нагрузки по рекомендации лечащего педиатра на определённый срок в зависимости от состояния здоровья ребёнка и диагноза заболевания. Его обеспечивают ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении и в последующем постепенно переходят на общий режим.

Вид деятельности в режиме дня при щадящем режиме	Рекомендации
Приход в ДОУ	Индивидуальная «минутка общения»
Гигиенические процедуры (умывание)	Температура воды 16-20 градусов, тщательное вытирание рук, лица.
Питание	Садятся первыми за стол.
Подготовка к прогулке	Одеваются и выходят на улицу последними.
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность.
Возвращение с утренней прогулки	Возвращение первыми, замена влажной майки на сухую.
Физкультурное занятие	По рекомендации лечащего педиатра – освобождение до 10 дней.
Занятие интеллектуальное	активная интеллектуальная деятельность в первую половину занятия.
Дневной сон	Укладывание первыми, подъём по мере просыпания.
Совместная деятельность с воспит.	Учёт настроения и желаний ребёнка.
Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удалённые от окон и дверей.
Уход домой	До 18.00.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №44 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Кондрашенко Елена Владимировна, Заведующий

01.09.26 10:23 (MSK)

Сертификат 123CD11C89BFDE1B77F19C6BE70695ED

№ 5 Режим двигательной активности для всех возрастных групп

Двигательный режим в ДООУ включает динамическую деятельность детей, как организованную, так и самостоятельную. При разработке рационального двигательного режима важно: обеспечить удовлетворение биологической потребности детей в двигательной активности, предусмотреть рациональное содержание двигательной активности, основанное на оптимальном соотношении разных видов ОД, подобранных с учетом возрастных и индивидуальных особенностей. Содержательная сторона двигательного режима дошкольников должна быть направлена на развитие умственных, духовных и физических способностей детей. Современные требования предполагают разработку такой модели двигательного режима детей дошкольного возраста, в которой должен быть представлен перечень разных видов ОД по физической культуре.

Форма двиг. активности	Продолжительность в минутах\ особенности организации							
	ГРВ	Мл. гр.	Ср. гр.	Ст. гр.	Под. гр.	Лого группы		ГКП
						Ст.	Подг.	
Организованная образовательная деятельность								
Занятие по физ. развитию (2 р. в неделю)	10 мин	15мин	20 мин	25мин	30мин	25 мин	30 мин	10мин
Утренняя гимнастика (10 мин ежедневно)	у всех возрастных групп							
Музыкальные занятия (2 раза в неделю)	10 мин	15мин	20 мин	25мин	30мин	25мин	30мин	
Физкультурно-оздоровительные мероприятия								
Пальчиковая гимнастика (ежедневно)	3-5 мин	3-5 мин	5-7 мин	7-10мин	7-10 мин	7-10мин	7-10мин	
Физкультминутки (Е ж е д н е в н о)	10мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	
Гимнастика после дневного сна (ежедневно)	3-4	3-4	4-5	4-5	5-6	4-5	5-6	
Музыкально-ритмическая игра (2-3 р. в неделю)	5-7	5-7	7-10	10-15	15-20	10-15	15-20	
Подвижные игры	Не менее 2-4 раз в день по 3-4 мин.							
Игры малой подвижности	Ежедневно 3-4 мин.							
Самостоят. двигательная активность	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под наблюдением и контролем воспитателей							
Индивидуальная работа Ежедневно 5-7 мин.	На прогулке или во время свободной деятельности. Индивидуальные назначения определяются врачом, руководителем физического воспитания.							
Физкультурно-массовые мероприятия. Активный отдых								
Спортивные праздники	-	-	20-30	30-40	30-40	30-40	30-40	-
	-	-	2-3 раза в год на открытом воздухе					-
Спортивные досуги	10-15	10-15	15-20	20-25	25-30	25-30	25-30	
	1 раз в месяц в физкультурном зале							

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №44 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Кондрашенко Елена Владимировна, Заведующий

01.09.26 10:23 (MSK) Сертификат 123CD11C89BFDE1B77F19C6BE70695ED