

Режимы дня

Режим дня детского сада - чередование различных видов деятельности и отдыха детей дошкольного возраста, отвечающее педагогическим и гигиеническим требованиям.

Образовательный процесс в ДОУ реализуется в режиме пятидневной недели.

Длительность пребывания в ДОУ: с 7.00 до 19.00 часов

Режим дня устанавливается в соответствии с возрастными индивидуальными особенностями детей и способствует их гармоничному развитию.

Требования к режиму дня

- Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию.
- Продолжительность дневного сна, не менее: с 1-3 года – 3 часа; с 4-7 лет – 2,5 часов.
- Самостоятельная деятельность детей 3 – 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 – 4 часов.
- Суммарный объем двигательной активности детей, не менее 1 часа в день
- Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки:
 - от 1,5 до 3 лет – 20 мин;
 - от 3 до 4 лет – 30 мин;
 - от 4 до 5 лет – 40 мин;
 - от 5 до 6 лет – 50 мин или 75 мин, при организации 1 занятия после дневного сна
 - от 6 до 7 лет – 90 мин
- Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста:
 - от 1,5 до 3 лет – не более 10 минут,
 - от 3 до 4 лет – не более 15 минут,
 - от 4 до 5 лет – не более 20 минут,
 - от 5 до 6 лет – не более 25 минут,
 - от 6 до 7 лет – не более 30 минут.
- Перерывы между занятиями – не менее 10 минут; перерыв во время занятий для гимнастики – 2 мин
- Продолжительность использования ТСО: Интерактивная доска – на занятии 7 мин, 20 мин в день; Интерактивная панель – на занятии 5 мин, 10 мин в день
- Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3-х часов. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.
- Прогулки необходимо организовывать 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.
- В летний период во всех возрастных группах занятия отменяются, основная форма работы совместная деятельность воспитателя с детьми; увеличивается время прогулок
- В адаптационный период родителям рекомендовано приводить ребенка позже, а забирать раньше; ОД не проводится, рекомендуемая форма работы - совместная деятельность воспитателя с детьми; увеличивается время прогулки и дневного сна; Создается эмоционально благоприятная атмосферы в группе; Постепенное привлечение ко всем видам деятельности, режимным моментам с учетом реакции ребенка.

Организация работы при карантине

На время действия карантина: организация режимных моментов и учебно-воспитательного процесса согласуется с врачом с учетом типа заболевания и организацией профилактических мероприятий.

- Во время карантина режим группы и организация учебно-воспитательной работы согласуется с врачом с учетом типа заболевания и организации профилактических мероприятий
- Производится ежедневный осмотр детей;
- Прекращается контакт с другими группами;
- Уменьшается время занятий и увеличивается время прогулок (для более продолжительного сквозного проветривания, санитарной обработки группового помещения);
- Не проводится работа с раздаточным материалом. Работа со специалистами проводится в группе;
- Усиливается соблюдение санитарного режима (влажная уборка, кварцевание, дезинфекция, проветривание)

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (холодный период года) ГБДОУ № 126 Невского района Санкт-Петербурга

Группа раннего развития (1,5 лет-2 года) ; 1 младшая группа (2-3 года)			Младший и средний дошкольный возраст		
Режимные моменты	1,5 лет-2 года	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.05	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00-8.20	8.00-8.10	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.05-8.25	8.00-8.20
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.50	8.10-8.40	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.25-8.45	8.20-8.40
Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей.	8.50-9.00	8.40-9.00	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей.	8.45-9.00	8.40-9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн, Вт, Чт 9.00-9.30 Ср, Пт 9.00-9.50	Вт-Чет 9.00-9.30 Пн, Пят. 9.00-10.00	Занятия (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн, Ср, Пт 9.00-9.50 Вт, Чт 8.55-9.45	9.00-9.50/ Пн, Ср, Пт 9.00-9.50 Вт, Чт 8.55-9.45
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.30 -9.50	9.30 -9.50	Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.40 -10.00	9.50-10.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа.	10.00-11.30	10.00-11.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа.	10.00-11.40	10.00-12.00
Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед	11.30-12.00	11.30-12.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед	11.40-12.10	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.10-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.45	15.15-15.45	Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.40	15.30-16.00
			Занятия	15.40- 15.55	
Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей.	15.45-16.45	15.45-16.45	Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	15.55-17.00	16.00-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа.	16.45-18.00	16.45-18.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа.	17.00-18.00	17.00-18.00
Возвращение с прогулки, игровая самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	18.00-19.00	18.00-19.00	Возвращение с прогулки, игровая самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	18.00-19.00	18.00-19.00
Составлен в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21					

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (теплый период года) ГБДОУ № 126 Невского района Санкт-Петербурга

Группа раннего развития (1,5 лет-2 года) и 1 младшая группа (2-3 года)			Младший и средний дошкольный возраст		
Режимные моменты	1,5 лет-2 года	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	Прием детей на улице, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.05	7.00-8.10
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00-8.20	8.00-8.10	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.05-8.25	8.10-8.30
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.50	8.10-8.40	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.25-8.45	8.30-9.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	8.50-9.40	8.40-10.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	8.45-9.40	9.00-10.10
Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.40-10.10	10.00-10.30	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.40-10.00	10.10-10.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	10.10-11.20	10.30-11.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	10.00-11.40	10.30-12.00
Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду. Обед.	11.20-12.00	11.30-12.00	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду. Обед.	11.40-12.10	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.10-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.20-15.50	15.20-15.50	Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.45	15.30-16.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Образовательная деятельность. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Уход домой	15.50-19.00	15.50-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Образовательная деятельность. Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Уход домой	15.45-19.00	16.00-19.00

Составлен в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21



Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (холодный период, плохая погода)

ГБДОУ № 126 Невского района Санкт-Петербурга

Группа раннего развития (1,5 лет-2 года) и 1 младшая группа (2-3 года)			Младший и средний дошкольный возраст		
Режимные моменты	1,5 лет-2 года	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.05	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00-8.20	8.00-8.10	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.05-8.25	8.00-8.20
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.50	8.10-8.40	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.25-8.545	8.20-8.40
Совместная деятельность педагога с детьми, Самостоятельная игровая деятельность детей.	8.50-9.00	8.40-9.00	Совместная деятельность педагога с детьми, Самостоятельная игровая деятельность детей.	8.45-9.05	8.40-9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн, Вт, Чт 9.00-9.30 Ср, Пт 9.00-9.50	Вт-Чет 9.00-9.30 Пн, Пят. 9.00-10.00	Занятия (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн, Ср, Пт 9.00-9.50 Вт, Чт 8.55-9.45	9.00-9.50/ Пн, Ср, Пт 9.00-9.50 Вт, Чт 8.55-9.45
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.20 -9.40	9.30 -9.50	Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.40 -10.00	9.50 -10.00
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа	9.50-11.20	9.50-11.30	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа	10.00-11.40	10.00-12.00
Гигиенические процедуры	11.20-12.00	11.30-12.00	Гигиенические процедуры	11.40-12.10	12.00-12.30
Подготовка к обеду, Обед	12.00-15.00	12.00-15.00	Подготовка к обеду, Обед	12.10-15.00	12.30-15.00
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.10-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20	15.00-15.15	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.20-15.50	15.15-15.45	Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.40	15.30-16.00
			Занятие	15.40-15.55	
Совместная деятельность педагога с детьми, Самостоятельная игровая деятельность детей.	15.50-19.00	15.45-19.00	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, Постепенный уход домой.	16.00-19.00	16.00-19.00
Составлен в соответствии с требованиями СП 2.4.36-48-20 и СанПиН 1.2.3685-21					

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (теплый период года, плохая погода)
ГБДОУ № 126 Невского района Санкт-Петербурга

Группа раннего развития (1,5 лет-2 года) и 1 младшая группа (2-3 года)			Младший и средний дошкольный возраст		
Режимные моменты	1,5 лет-2 года	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.05	7.00-8.10
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00-8.20	8.00-8.10	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.05-8.25	8.10-8.30
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.50	8.10-8.40	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.25-8.45	8.30-9.00
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	8.50-11.20	8.40-11.30	Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	8.45-11.40	9.00-12.00
Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.30-10.00	9.30-9.50	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.40-10.00	10.10-10.30
Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к обеду, Обед	11.20-12.00	11.30-12.00	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к обеду, Обед	11.40-12.10	12.00-12.30
Подготовка ко сну, Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	Подготовка ко сну, Дневной сон	12.10-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20	15.00-15.15	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.30
Подготовка к полднику, Полдник	15.20-15.50	15.15-15.45	Подготовка к полднику, Полдник	15.15-15.45	15.30-16.00
Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, Уход домой	15.50-19.00	15.45-19.00	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, Уход домой	15.45-19.00	16.00-19.00
Составлен в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21					

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (адаптационный период) ГБДОУ № 126 Невского района Санкт-Петербурга

Группа раннего развития (1,5 лет-2 года) и 1 младшая группа (2-3 года)			Младший и средний дошкольный возраст		
Режимные моменты	1,5 лет-2 года	2-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.05	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.00-8.20	8.00-8.10	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.05-8.25	8.00-8.20
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.20-8.50	8.10-8.40	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.25-8.45	8.20-8.40
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	8.50-9.00	8.40-9.00	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	8.45-9.00	8.40-9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут). Уход домой	Пн, Вт, Чт 9.00-9.30 Ср, Пт 9.00-9.50	Вт-Чет 9.00-9.30 Пн, Пят. 9.00-10.00	Занятия (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн, Ср, Пт 9.00-9.50 Вт, Чт 8.55-9.45	9.00-9.50/ Пн, Ср, Пт 9.00-9.50 Вт, Чт 8.55-9.45
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.20 -9.40	9.30 -9.50	Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	9.40 -10.00	9.50 -10.00
Подготовка к прогулке. Прогулка.			Подготовка к прогулке. Прогулка.		
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой.	9.50-11.20	9.50-11.30	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой.	10.00-11.40	10.00-12.00
Гигиенические процедуры			Гигиенические процедуры		
Подготовка к обеду. Обед. Уход домой	11.20-12.00	11.30-12.00	Подготовка к обеду. Обед. Уход домой	11.40-12.10	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.10-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры. Уход домой	15.00-15.20	15.00-15.15	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры. Уход домой	15.00-15.15	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.20-15.50	15.15-15.45	Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.40	15.30-16.00
			Занятие	15.40-15.55	
Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой	15.50-17.00	15.45-16.45	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой	15.55-17.00	16.00-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка.			Подготовка к прогулке. Прогулка.		
Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой.	17.00-18.00	16.45-18.00	Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой.	17.00-18.00	17.00-18.00
Возвращение с прогулки, игровая самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	18.00-19.00	18.00-19.00	Возвращение с прогулки, игровая самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	18.00-19.00	18.00-19.00

Организация щадящего режима

1. Щадящий режим назначается детям с 3-й и 4-ой группой здоровья, детям, перенесшим заболевания, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинским работником ГБДОУ (врач, старшая медицинская сестра).
3. Щадящий режим назначается после перенесенного заболевания по рекомендации участкового педиатра или врача ГБДОУ на определенный срок, в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
4. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

№	Вид деятельности в режиме дня	Ограничение	Ответственный
1.	Приход в детский сад	По возможности с 8.00-8.30	Родители
2.	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Помощник воспитателя, воспитатель
3.	Гигиенические процедуры (умывание)	Т воды 16-20 °С, тщательное вытирание рук и лица	Помощник воспитателя, воспитатель
4.	Гигиенические и закаливающие процедуры (полоскание полости рта после еды)	Т воды 20-22°С, наливается перед полосканием.	Помощник воспитателя, воспитатель
5.	Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама, надевается сухая футболка.	Воспитатель
6.	Питание (завтрак, 2-ой завтрак, обед, полдник)	Докармливание. Первыми садятся за стол.	Помощник воспитателя, воспитатель
7.	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последними.	Помощник воспитателя, воспитатель
8.	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность.	Воспитатель
9.	Возвращение с утренней прогулки.	Возвращение первыми под присмотром взрослых. Снимается влажная майка и заменяется сухой.	Помощник воспитателя, воспитатель
10.	Физкультура	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Инструктор по физической культуре.
11.	Музыка	снижение нагрузки по танцевальным движениям и на голосовые связки	музыкальный руководитель, воспитатель
12.	Занятие интеллектуального статического плана.	Вовлечение в активную и интеллектуальную деятельность в первой половине дня.	Учитель-логопед, воспитатель и т.д.
13.	Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере пробуждения	Воспитатель
14.	Совместная деятельность с воспитателем.	Учет настроения ребенка, желания	Воспитатель
15.	Самостоятельная деятельность	Предлагать места отдаленные от окон и дверей	Воспитатель
16.	Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

Режим организации двигательного режима ГБДОУ № 126 Невского района Санкт-Петербурга

<i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия</i>		
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно: младший возраст – в группе (6-8 минут), средний и старший возраст: в зале (10-12 минут)
2.	Физ. минутка	Ежедневно, по мере необходимости (3-5 мин)
3.	Подвижные игры	Ежедневно на прогулке (20-30 мин)
4.	Оздоровительный бег	Ежедневно в конце прогулки: средний и старший возраст (3-7 мин.)
5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время прогулки (12-15 мин)
6.	Гимнастика после сна	Ежедневно в сочетании с воздушными ваннами (5 мин) (все группы)
7.	Закаливающие мероприятия	Ежедневно после дневного сна в старшем дошкольном возрасте (воздушные ванны).
8.	Корректирующие упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия	Ежедневно после дневного сна во время бодрящей гимнастики Ежедневно на утренней гимнастике и физкультурных занятиях
<i>Образовательная деятельность</i>		
1.	По физической культуре	3 раза в неделю в младшей и средней группе продолжительность – 15-20 мин, 3 раза в неделю в старшей и подготовительной группе – 25 - 30 мин.
2.	Уроки здоровья и безопасности	Начиная со старшей группы 1 раз в месяц
<i>Самостоятельная деятельность детей</i>		
1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно в помещении и на прогулке
<i>Физкультурно-массовые мероприятия</i>		
1.	Спортивно-семейный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»	КМО, район. Один раз в год с родителями и воспитанниками старшего дошкольного возраста
2.	Физкультурные праздники	Два раза в год (дошкольный возраст)
3.	Легкоатлетические соревнования «Малые олимпийские игры»	Один раз в год (июнь) с детьми старшего дошкольного возраста

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей группы компенсирующей направленности ГБДОУ № 126 Невского района Санкт-Петербурга

Холодный период			Теплый период		
Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет	Режимные моменты	5-6 лет	5-7 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность.	7.00-8.15	7.00-8.15	Прием детей на улице, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.15
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.15-8.30	8.15-8.40	Утренняя гимнастика	8.15-8.25	8.15-8.25
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.40-8.55	Уход в группу, развитие культурно-гигиенических навыков	8.25-8.35	8.25-8.40
Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей.	8.50-9.00		Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.35-9.00	8.40-9.00
Занятия (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн. 9.00-10.45 Вт, Чт 9.00-11.00 Ср, Пт 9.00-10.00	Пн. 9.00-11.00 Вт 9.00-10.25 Ср 9.00-11.10 Чт, Пт 9.00-10.10	Подготовка к прогулке. Прогулка. Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	9.00-10.20	9.00-10.20
Коррекционная работа с учителем логопедом (подгрупповая, индивидуальная)	9.00-12.00	9.00-12.00	Коррекционная работа с учителем логопедом (подгрупповая, индивидуальная)	9.00-12.00	9.00-12.00
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.00-10.20	10.10-10.30	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.20-10.35	10.20-10.35
Подготовка к прогулке. Прогулка.			Подготовка к прогулке. Прогулка.		
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа.	10.45/11.00-12.10	11.00-12.10	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	10.35-12.10	10.35-12.10
Гигиенические процедуры.			Развитие культурно-гигиенических навыков		
Подготовка к обеду. Обед	12.10-12.45	12.10-12.40	Подготовка к обеду. Обед	12.10-12.35	12.10-12.35
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.45-15.10	12.40-15.20	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.35-15.10	12.35-15.20
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10-15.30	15.20-15.40	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10-15.30	15.20-15.40
Подготовка к полднику. Полдник	15.30-16.00	15.40-16.00	Подготовка к полднику. Полдник	15.30-16.00	15.40-16.00
Занятие		16.00-16.30			
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа	16.00-17.00	16.30-17.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа. Коррекционная работа. Уход домой	16.00-19.00	16.00-19.00
Коррекционная работа.					
Подготовка к прогулке. Прогулка.			Составлен в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21		
Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа.	17.00-18.30	17.00-18.30			
Возвращение с прогулки, игровая самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00			

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей группы компенсирующей направленности ГБДОУ № 126 Невского района Санкт-Петербурга

Холодный период при плохой погоде			Теплый период при плохой погоде		
Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.15	Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.15
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.15-8.30	8.15-8.40	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.15-8.35	8.15-8.40
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.40-8.55	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.35-9.00	8.40-9.00
Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей.	8.50-9.00		Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	9.00-12.10	9.00-12.10
Занятия (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн. 9.00-10.45 Вт, Чт 9.00-11.00 Ср, Пт 9.00-10.00	Пн. 9.00-11.00 Вт 9.00-10.25 Ср 9.00-11.10 Чт, Пт 9.00-10.10	Коррекционная работа с учителем логопедом (подгрупповая, индивидуальная)	9.00-12.00	9.00-12.00
Коррекционная работа с учителем логопедом (подгрупповая, индивидуальная)	9.00-12.00	9.00-12.00	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.20-10.35	10.20-10.40
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.00 - 10.20	10.10 - 10.30	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду. Обед	12.10-12.35	12.10-12.40
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа	10.20-12.10	11.00-12.10	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.35-15.10	12.40-15.20
Гигиенические процедуры			Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10-15.30	15.20-15.40
Подготовка к обеду. Обед	12.10-12.45	12.10-12.40	Подготовка к полднику. Полдник	15.30-16.00	15.40-16.00
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.45-15.10	12.40-15.20	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа. Коррекционная работа. Уход домой	16.00-19.00	16.00-19.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10-15.30	15.20-15.40	Составлен в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21		
Подготовка к полднику. Полдник	15.30-16.00	15.40-16.00			
Занятие		16.00-16.30			
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа					
Коррекционная работа.					
Постепенный уход домой.	16.00-19.00	16.30-19.00			

**Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста ГБДОУ № 126 Невского района
Санкт-Петербурга**

Холодный период			Теплый период		
Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.15	Прием детей на улице, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.15
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.15-8.30	8.15-8.40	Утренняя гимнастика	8.15-8.25	8.15-8.25
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.40-8.55	Уход в группу, развитие культурно-гигиенических навыков	8.25-8.35	8.25-8.40
Совместная деятельность педагога с детьми, Самостоятельная игровая деятельность детей.	8.50-9.00		Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.35-9.00	8.40-9.00
Занятия (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн. 9.00-10.10 Вт, Ср, Пт 9.00-10.00 Чт 9.00-10.20	Пн. 9.00-11.10 Вт, Чт 9.00-11.00/11.40 Ср 9.00-11.00/11.10 Пт 9.00-10.10	Подготовка к прогулке. Прогулка. Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	9.00-10.20	9.00-10.20
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.10-10.25	10.15/10.20-10.30	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.20-10.35	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа.	10.25-12.10	11.10/11.40-12.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	10.35-12.10	10.40-12.10
Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду, Обед	12.10-12.35	12.30-13.00	Развитие культурно-гигиенических навыков Подготовка к обеду, Обед	12.10-12.35	12.10-12.35
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.35-15.10	13.00-15.25	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.35-15.05	12.35-15.05
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10-15.35	15.25-15.40	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.05-15.35	15.05-15.40
Подготовка к полднику. Полдник	15.35-16.00	15.40-16.00	Подготовка к полднику. Полдник	15.35-16.00	15.40-16.00
Занятие	16.00-16.25		Подготовка к прогулке. Прогулка. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.	16.00-19.00	
Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа.	16.25-17.00	16.00-17.00	Постепенный уход домой	16.00-19.00	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой	17.00-18.30	17.00-18.30	Составлен в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21		
Возвращение с прогулки, игровая самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00			

**Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста ГБДОУ № 126 Невского района
Санкт-Петербурга**

Холодный период при плохой погоде			Теплый период при плохой погоде		
Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.15	Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.15
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.15-8.30	8.15-8.40	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.15-8.35	8.15-8.40
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.40-8.55	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.35-9.00	8.40-9.00
Совместная деятельность педагога с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей.	8.50-9.00		Образовательная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	9.00-12.10	9.00-12.10
Занятия (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн. 9.00-10.10 Вт. Ср. Пт 9.00-10.00 Чт 9.00-10.20	Пн. 9.00-11.10 Вт. Чт 9.00-11.00/11.40 Ср 9.00-11.00/11.10 Пт 9.00-10.10	Развитие культурно-гигиенических навыков, подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.20-10.35	10.25-10.40
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.10 - 10.25	10.15/10.20 - 10.30	Развитие культурно-гигиенических навыков, Подготовка к обеду, Обед	12.10-12.35	12.10-12.35
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа	10.25-12.10	11.10/11.40 - 12.30	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.35-15.10	12.35-15.05
Гигиенические процедуры			Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10-15.35	15.05-15.40
Подготовка к обеду, Обед	12.10-12.35	12.30-13.30	Подготовка к полднику, Полдник	15.35-16.00	15.40-16.00
Подготовка ко сну, Дневной сон	12.35-15.10	13.00-15.25	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, Уход домой	16.00-19.00	16.00-19.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10-15.35	15.25-15.40	Составлен в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21		
Подготовка к полднику, Полдник	15.35-16.00	15.40-16.00			
Занятие	16.00-16.25	16.00-19.00			
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа, Уход домой.	16.25-19.00	16.00-19.00			

Режим ежедневной организации жизнедеятельности детей (адаптационный период) ГБДОУ № 126 Невского района Санкт-Петербурга

Старший дошкольный возраст			Группы компенсирующей направленности		
Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.15	Прием детей, осмотр, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.15	7.00-8.15
Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.15-8.30	8.15-8.40	Утренняя гимнастика, развитие культурно-гигиенических навыков	8.15-8.30	8.15-8.40
Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-8.50	8.40-8.55	Подготовка к 1 завтраку, 1 завтрак	8.30-9.00	8.40-8.55
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей. Уход домой.	8.50-9.00		Занятия (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн. 9.00-10.45 Вт, Чт 9.00-11.00 Ср, Пт 9.00-10.00	Пн. 9.00-11.00 Вт 9.00-10.25 Ср 9.00-11.10 Чт, Пт 9.00-10.10
Занятия (общая деятельность, включая динамические перерывы 10 минут).	Пн. 9.00-10.10 Вт, Ср, Пт 9.00-10.00 Чт 9.00-10.20	Пн. 9.00-11.10 Вт, Чт 9.00-11.00/11.40 Ср 9.00-11.00/11.10 Пт 9.00-10.10			
Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.10-10.25	10.15/10.20-10.30	Коррекционная работа с учителем логопедом (подгрупповая, индивидуальная)	9.00-12.00	9.00-12.00
Подготовка к прогулке. Прогулка.			Подготовка к 2 завтраку, 2 завтрак	10.00-10.20	10.10-10.30
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой.	10.25-12.10	11.10/11.40-12.30			
Гигиенические процедуры			Подготовка к прогулке. Прогулка.		
Подготовка к обеду. Обед. Уход домой	12.10-12.35	12.30-13.00	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой.	10.45/11.00-12.10	11.00-12.10
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.35-15.10	13.00-15.25	Гигиенические процедуры	12.10-12.45	12.10-12.40
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры. Уход домой	15.10-15.35	15.25-15.40	Подготовка к обеду. Обед. Уход домой	12.45-15.10	12.40-15.20
Подготовка к полднику. Полдник	15.35-16.00	15.40-16.00	Подготовка ко сну. Дневной сон	15.10-15.30	15.20-15.40
Занятие	16.00-16.25		Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные и гигиенические процедуры. Уход домой	15.30-16.00	15.40-16.00
			Подготовка к полднику. Полдник		

Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой	16.25-17.00	16.00-17.00	Занятие		16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой.	17.00-18.30	17.00-18.30	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Коррекционная работа. Уход домой	16.00-17.00	16.30-17.00
Возвращение с прогулки, игровая самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа. Уход домой	17.00-18.30	17.00-18.30
Составлен в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21			Возвращение с прогулки, игровая самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00