Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
«Сертоловский детский сад комбинированного вида № 2»

Принято
Педагогическим советом
протокол № 1 от «31» августа 2023 г.

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 179126C800B5B66807B9A766EE4A0D48
Владелец: **Гавва Марина Георгиевна**
Действителен: с 16.11.2022 по 09.02.2024

Режим дня
на 2023 – 2024 учебный год
(основное здание ул. Молодёжная 1Б)

г. Сертолово
2023 г.

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Режимы дня в теплый период

Группы / Виды деятельности	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приём детей на участке, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.35
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30 – 8.55	8.35-8.55
Самостоятельная деятельность обучающихся	8.50 -9.00	8.50-9.00	8.55 -9.00	8.55-9.00
Второй завтрак, подготовка к прогулке, прогулка, игры, труд, наблюдения, самостоятельная (30 минут) и совместная деятельность. Воздушные, солнечные процедуры	9.00 -11.30	9.00-11.35	9.00-12.15	9.00-12.20
Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры	11.30-11.50	11.35-12.00	12.15-12.30	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30	12.00-12.35	12.30-12.45	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.10	12.35-15.10	12.45-15.15	12.50-15.20
Постепенный подъём гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.10-15.40	15.10-15.40	15.15-15.50	15.20-15.50
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.	15.40-16.00	15.40-16.00	15.50-16.10	15.50-16.10
Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность	16.00-16.50	16.00-16.50	16.10-16.45	16.10-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность). Уход детей домой.	16.50 -19.00	16.50-19.00	16.45-19.00	16.50-19.00

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Режимы дня в холодный период

Группы / Виды деятельности	группа младшего дошкольного возраста 3-4 года	группа младшего дошкольного возраста 4-5- лет	группа старшего дошкольного возраста 5-6 лет	группа старшего дошкольного возраста 6-7 лет
Приём, осмотр, образовательная деятельность в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся, индивидуальная работа педагога с детьми	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.15
Утренняя гимнастика.	8.15-8.20	8.15-8.25	8.15– 8.30	8.15-8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.20-8.50	8.25-8.55	8.30-8.55	8.30-8.55
Самостоятельная деятельность обучающихся, подготовка к занятиям	8.50-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00	8.55 -9.00
Занятия в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы).	9.00-9.40	9.00-10.00	9.00-10.20	9.00-11.00
Второй завтрак Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возращение с прогулки	9.40 - 12.00	10.00 - 12.10	10.20 -12.25	11.00 -12.30
Подготовка к обеду. Обед	12.00-12.30	12.10-12.30	12.25 -12.40	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну. Сон.	12.30-15.00	12.30 - 15.00	12.40 -15.10	12.50 - 15.20
Постепенный подъём гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.40	15.00-15.40	15.10-15.45	15.20-15.50
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.	15.40-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00	15.50-16.10
Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.10-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность обучающихся, работа с родителями.	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Режим дня
холодный период года
группа младшего дошкольного возраста
общеразвивающей направленности
для обучающихся 3-4 лет
2023 - 2024 учебный год

Время	Содержание
7.00 – 8.15	Приём, осмотр, образовательная деятельность в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся, индивидуальная работа педагога с детьми
8.15 – 8.20	Ежедневная утренняя гимнастика
8.20 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, подготовка к занятиям
9.00 – 9.40	Занятия в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы).
9.40 – 12.00	Второй завтрак Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возращение с прогулки
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00 -15.40	Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность
15.40 – 16.00	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
16.00 – 17.00	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность
17.00 – 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность обучающихся, работа с родителями
18.30 19.00	Самостоятельная деятельность, уход детей домой

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Режим дня
холодный период года
группа младшего дошкольного возраста
общеразвивающей направленности
для обучающихся 4 - 5 лет
2023 - 2024 учебный год

Время	Содержание
7.00 – 8.15	Приём, осмотр, образовательная деятельность в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся, индивидуальная работа педагога с детьми
8.15 – 8.25	Ежедневная утренняя гимнастика
8.25 – 8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55 – 9.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, подготовка к занятиям
9.00 – 10.00	Занятия в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы)
10.00 – 12.10	Второй завтрак Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возращение с прогулки
12.10 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00 -15.40	Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность
15.40 – 16.00	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.
16.00 – 17.00	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность
17.00 – 18.030	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность обучающихся, работа с родителями.
18.30 ¬ 19.00	Самостоятельная деятельность, уход детей домой

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Режим дня
холодный период года
группа старшего дошкольного возраста
общеразвивающей направленности
для обучающихся 6 - 7 лет
2023 - 2024 учебный год

Время	Содержание
7.00 – 8.15	Приём, осмотр, образовательная деятельность в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся, индивидуальная работа педагога с детьми
8.15 – 8.30	Ежедневная утренняя гимнастика
8.30 – 8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55 – 9.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, подготовка к занятиям
9.00 – 11.00	Занятия в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы). Второй завтрак
11.00 – 12.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возращение с прогулки
12.30 – 12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50 – 15.20	Подготовка ко сну, дневной сон
15.20 -15.50	Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность
15.50 – 16.10	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.
16.10 – 17.00	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность
17.00 – 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность обучающихся, работа с родителями.
18.30 ¬ 19.00	Самостоятельная деятельность, уход детей домой

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Режим дня

холодный период года
группа компенсирующей направленности
для обучающихся с ТНР для детей 5 - 6 лет № 9
2023 - 2024 учебный год

Время	Содержание
7.00 – 8.15	Приём, осмотр, образовательная деятельность в соответствии с СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся, индивидуальная работа педагога с детьми
8.15 – 8.30	Ежедневная утренняя гимнастика
8.30 – 8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55 – 9.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, подготовка к занятиям
9.00 – 10.20	Занятия в соответствии с СанПиН (общая длительность, включая перерывы). Второй завтрак (в перерыве между образовательной деятельностью)
10.20 – 12.25	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возращение с прогулки
12.25 – 12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40 – 15.10	Подготовка ко сну, дневной сон
15.10 -15.45	Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность
15.45 – 16.00	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.
16.00 – 17.00	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность
17.00 – 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность обучающихся, работа с родителями.
18.30 ¬ 19.00	Самостоятельная деятельность, уход детей домой

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Режим дня
холодный период года
группа компенсирующей направленности
для обучающихся с ТНР для детей 6 - 7 лет № 4
2023 - 2024 учебный год

Время	Содержание
7.00 – 8.15	Приём, осмотр, образовательная деятельность в соответствии с СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся, индивидуальная работа педагога с детьми
8.15 – 8.30	Ежедневная утренняя гимнастика
8.30 – 8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55 – 9.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, подготовка к занятиям
9.00 – 11.00	Занятия в соответствии с СанПиН (общая длительность, включая перерывы). Второй завтрак (в перерыве между образовательной деятельностью)
11.00 – 12.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возращение с прогулки
12.30 – 12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50 – 15.20	Подготовка ко сну, дневной сон
15.20 -15.50	Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность
15.50 – 16.10	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.
16.10 – 17.00	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность
17.00 – 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность обучающихся, работа с родителями.
18.30 ¬ 19.00	Самостоятельная деятельность, уход детей домой

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Режим дня
холодный период года
группа компенсирующей направленности
для обучающихся с ЗПР от 5 до 7лет № 11

2023 – 2024 учебный год

Время	Содержание
7.00 – 8.30	Приём, осмотр, образовательная деятельность в соответствии с СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся, индивидуальная работа педагога с детьми ежедневная утренняя гимнастика
8.30 – 8.55	Подготовка к завтраку, завтрак, воспитание культурно – гигиенических навыков
8.55 – 9.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, подготовка к занятиям
9.00 – 10.00 (5-6лет) 10.00-11.00 (6-7 лет)	Занятия в соответствии с СанПиН (общая длительность, включая перерывы). Второй завтрак (в перерыве между образовательной деятельностью)
10.00-11.00 (5-6лет)	Самостоятельная деятельность детей
11.00– 12.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возращение с прогулки
12.30 – 12.50	Подготовка к обеду, обед, воспитание культурно – гигиенических навыков
12.50 – 15.20	Подготовка ко сну, дневной сон
15.20 -15.50	Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность
15.50 – 16.10	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.
16.10 – 16.35 (5-6лет)	Занятие
16.10-17.00 (6-7 лет) 16.35-17.00 (5-6 лет)	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность
17.00– 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность обучающихся, работа с родителями.
18.30 ¬ 19.00	Самостоятельная деятельность, уход детей домой

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Режим дня
холодный период года
группа старшего дошкольного возраста
общеразвивающей направленности

для обучающихся 5 - 6 лет
2023 - 2024 учебный год

Время	Содержание
7.00 – 8.15	Приём, осмотр, образовательная деятельность в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся, индивидуальная работа педагога с детьми
8.15 – 8.30	Ежедневная утренняя гимнастика
8.30 – 8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55 – 9.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, подготовка к занятиям
9.00 – 10.00	Занятия в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы).
10.00-11.00	Второй завтрак Самостоятельная деятельность детей
11.00 – 12.25	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возращение с прогулки
12.25 – 12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40 – 15.10	Подготовка ко сну, дневной сон
15.10 -15.45	Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность
15.45 – 16.10	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
16.10 – 16.35	Занятие
16.35 – 17.00	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность
17.00– 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность обучающихся, работа с родителями

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

18.30 ¬ 19.00	Самостоятельная деятельность, уход детей домой

Режим дня
холодный период года
группа старшего дошкольного возраста

общеразвивающей направленности
для обучающихся 5 - 7 лет
2023 – 2024 учебный год

Время	Содержание
7.00 – 8.30	Приём, осмотр, образовательная деятельность в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся, индивидуальная работа педагога с детьми ежедневная утренняя гимнастика
8.30 – 8.55	Подготовка к завтраку, завтрак, воспитание культурно – гигиенических навыков
8.55 – 9.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, подготовка к занятиям
9.00 – 10.00 (5-6лет) 10.00-11.00 (6-7 лет)	Занятия в соответствии с реализацией ОП ДО и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы). Второй завтрак (в перерыве между образовательной деятельностью)
10.00-11.00 (5-6лет)	Самостоятельная деятельность детей
11.00– 12.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возращение с прогулки
12.30 – 12.50	Подготовка к обеду, обед, воспитание культурно – гигиенических навыков
12.50 – 15.20	Подготовка ко сну, дневной сон
15.20 -15.50	Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность
15.50 – 16.10	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.
16.10 – 16.35 (5-6лет)	Занятие
16.10-17.00 (6-7 лет) 16.35-17.00 (5-6 лет)	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность
17.00– 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность обучающихся, работа с родителями.
18.30 ¬ 19.00	Самостоятельная деятельность, уход детей домой

Принято
На педагогическом совете
от «31» августа 2023 года протокол № 1

Утверждено:
Приказ № 118 от «31» августа 2023 г.

Организация щадящего режима

1. Щадящий режим назначается детям III и IV группы здоровья, в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации.
2. Щадящий режим назначается участковым педиатром на определённый срок в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.

3. Сроки щадящего режима: ОРВИ, острый бронхит, бронхит, ангина, обострение хронического тонзиллита - 20-25 дней; грипп, острый гнойный отит, обострение хронического отита, бронхиальная астма после обострения - 25-30 дней; острая пневмония, острые детские инфекционные заболевания, в том числе кишечные, протекающие в средне-тяжелой форме, обострение экземы, сотрясение мозга средней тяжести, состояние после полостных операций, состояние после тонзилэктомии - 2 месяца (часто до 6 мес.).

Вид деятельности	**Ограничения**	**Ответственн ый**
Приход в детский сад	По возможности 8.00-8.30	Родители
Утренняя гимнастика	Снизить нагрузки по бегу и прыжкам 50%	Воспитатели
Гигиенические процедуры (умывание)	Температура воды 16-20 С, тщательно вытирать руки, лицо	Воспитатели
Питание (завтрак, обед, ужин)	Исключить нелюбимое блюдо; не заставлять съедать целую порцию; компенсировать недоедание дома; по показаниям соблюдать диету; давать фрукты, овощи и натуральные соки дома. Докармливание (мл. возраст).	Воспитатели, младший воспитатель Родители
Физкультурные занятия	Исключить из физкультурных занятий бег, прыжки, подвижные игры (в это время может наблюдать за товарищами, помогать воспитателю); разрешить заниматься в обычной одежде и обуви	Инструктор по ФИЗО
Занятия статического интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине дня, увеличить индивидуальное обращение к ребенку, не начинать обучение новому, не допускать переутомления, разрешить отвлечься, освободить от третьего занятия, обеспечить рациональную двигательную активность в группе	Воспитатели
Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю). Выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последним	Воспитатели младший воспитатель
Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром младшего воспитателя, снимается влажная одежда заменяется на сухую	Воспитатели младший воспитатель
Прогулка	Вовлеченность в умеренную двигательную деятельность	Воспитатели
Дневной сон	Увеличить продолжительность дневного сна. Укладывание первыми, подъем по мере пробуждения	Воспитатели
Закаливающие процедуры Воздушные ванны с бодрящей гимнастикой	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатели
Совместная деятельность с воспитателем	Учёт настроения, желаний. Обеспечить частый контакт со взрослыми, дать возможность поиграть с любимой игрушкой, иногда уединиться для любимого занятия (рисование, разглядывание картинок и другое).	Воспитатели
Самостоятельная деятельность (игры, ИЗО)	Предлагать места удалённые от окон и дверей	Воспитатели младший воспитатель
Уход домой	По возможности до 18.00	Родители