

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 20 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДЕН:  
Заведующим ГБДОУ детского сада №20  
\_\_\_\_\_Н.Г. Галкова  
Приказ №42 от 07.09.2023 г

**Режим дня в дошкольных группах на холодный период года  
(сентябрь-май)**

Режимные мероприятия		ГРУППЫ			
Наименования	Содержание	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием детей, свободная игра	Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00
Утренняя гимнастика	Упражнения со спортивным инвентарем и без него, подвижные игры	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10
Подготовка к завтраку Завтрак	Гигиенические процедуры, самообслуживание Подготовка к приему пищи: - гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - прием пищи; - гигиенические процедуры после приема пищи	08.10-08.50	08.10-08.45	08.10-08.40	08.10-08.40
Утренний круг	Что интересного будет сегодня? Обсуждается новое приключение (образовательное событие), дети договариваются о совместных правилах группы (нормотворчество), обсуждаются «мировые» и «научные» проблемы (развивающий диалог) и т.д.	08.50-09.00	08.45-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00
Образовательная нагрузка	Занятие 1	09.00-09.15	09.00-09.20	09.00-09.25	09.00-09.30
Перерыв	Физкультурные минутки	09.15-09.25	09.20-09.30	09.25-09.35	09.30-09.40
Образовательная	Занятие 2	09.25-09.40	09.30-09.50	09.35-10.00	09.40-10.10

нагрузка					
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09.40-10.00	09.50-10.00	-	-
Второй завтрак	Гигиенические процедуры, самообслуживание Подготовка к приему пищи: - гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - прием пищи; - гигиенические процедуры после приема пищи	10.00	10.00	10.00	10.10
Образовательная нагрузка	Занятие 3	-	-	-	10.20-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки	Подготовка к прогулке: - гигиенические процедуры, самообслуживание. Прогулка: - наблюдения, труд, игры (в том числе игры средней и высокой подвижности – 30 мин.) Возвращение с прогулки: гигиенические процедуры, самообслуживание.	10.10-11.30	10.10-11.50	10.10-12.00	10.50-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: - гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - прием пищи; - гигиенические процедуры после приема пищи; - дежурство (с младшей группы).	11.30-12.00	11.50-12.30	12.00-12.30	12.00-12.40
Дневной сон	Подготовка ко сну: - гигиенические процедуры, самообслуживание, укладывание в кровати; - дневной сон.	12.00-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.40-15.10
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	Пробуждение: - постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика (в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений).	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.10-15.30
Подготовка к полднику,	Подготовка к приему пищи:	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00

полдник	- гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - прием пищи; - гигиенические процедуры после приема пищи.				
Образовательная нагрузка	Занятие	-	-	16.00-16.25	-
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная детская деятельность	Игры, проекты	16.00-16.20	16.00-16.20	16.25-16.45	16.00-16.20
Вечерний круг	Вспомнить прошедший день, все самое хорошее и интересное, чтобы у детей формировалось положительное отношение друг к другу и к детскому саду в целом	16.20-16.30	16.20-16.30	16.45-17.00	16.20-16.30
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	16.30-17.00	16.30-17.00	-	16.30-17.00
Прогулка	Подготовка к прогулке: - гигиенические процедуры, самообслуживание. Прогулка: - наблюдения, труд, игры (в том числе игры средней и высокой подвижности – 20 мин.).	17.00-18.40	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.20
Самостоятельная деятельность, уход домой.	Игры	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00