

Принято  
Педагогическим советом ГБДОУ д/с № 108  
Протокол от «31» августа 2023 № 01

Утверждаю  
Заведующий ГБДОУ д/с № 108  
К. А. Цыдыл-Росете  
Приказ от «31» августа 2023 № 59



### **РЕЖИМ ДНЯ**

**Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детского сада № 108 общеразвивающего вида  
с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей  
Невского района Санкт-Петербурга  
на 2023-2024 учебный год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Режим дня Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 108 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей Невского района Санкт-Петербурга (далее – ГБДОУ) является нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации режима дня в 2023 – 2024 учебном году. Нормативной базой для составления режима дня ГБДОУ являются документы:

### Федерального уровня:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 24.03.2021) "Об образовании в Российской Федерации";
- «Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2;
- «Санитарный правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 года N 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 N 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (в ред. от 21.01.2019, Приказ Министерства просвещения РФ от 21.01.2019 № 31);
- Письмо «Комментарии к ФГОС дошкольного образования» Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.02.2014 г. № 08- 249;
- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 31.07.2002 № 271/23-16 «Рекомендации по организации групп кратковременного пребывания детей в дошкольных образовательных учреждениях»; - Основная общеобразовательная программа дошкольного образования ДОУ;

### Регионального уровня:

Закон Санкт-Петербурга № 461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге» от 17.07.2013г.; Локальные акты ГБДОУ: □ Устав;

- Основная образовательная программа дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 108 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей Невского района Санкт-Петербурга.

Режим дня включает в себя следующие сведения, регламентирующие организацию образовательного процесса ГБДОУ в течение дня в 2023 – 2024 учебном году.

В ГБДОУ разработаны режимы:

- на холодный/теплый периоды года;
- гибкие режимы при неблагоприятных погодных условиях для прогулок;
- щадящие режимы для детей III-IV группы здоровья и перенесших заболевание.

Режим дня обсуждается и принимается Педагогическим советом и утверждается приказом заведующего ГБДОУ до начала учебного года. Все изменения, вносимые в режим дня в течение

учебного года, утверждаются приказом заведующего ГБДОУ и доводятся до всех участников образовательного процесса.

**Сводный режим пребывания детей в разных возрастных группах  
на холодный период года (сентябрь - май)**

<b>Режимные моменты</b>	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, гигиенические процедуры	7.00-7.50	7.00-7.55	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.55-8.05	8.00-8.10	8.00-8.10	8.10-8.20
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.00-8.25</b>	<b>8.05-8.30</b>	<b>8.10-8.35</b>	<b>8.10-8.30</b>	<b>8.20-8.50</b>
Занятия, самостоятельная игровая деятельность детей, занятия со специалистами	8.25-9.25	8.30-9.40	8.35-10.05	8.40-10.40	8.50-10.50
<b>Второй завтрак</b>	<b>9.25-9.35</b>	<b>9.40-9.50</b>	<b>10.05-10.20</b>	<b>10.30-10.40</b>	<b>10.35-10.45</b>
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> , самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.).	9.35-10.00 <b>10.00-11.00</b>	9.50-10.10 <b>10.10-11.10</b>	10.20-10.30 <b>10.30-12.00</b>	<b>10.40-12.10</b>	<b>10.45-12.15</b>
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы.	11.00-11.20	11.10-11.30	12.00-12.20	12.10-12.25	12.15-12.25
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>11.20-12.00</b>	<b>11.30-12.00</b>	<b>12.20-12.45</b>	<b>12.25-12.45</b>	<b>12.25-12.45</b>
Подготовка к дневному сну, сон	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.45-15.15</b>	<b>12.45-15.15</b>	<b>12.45-15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гигиенические процедуры, свободная игра	15.00-15.15	15.00-15.15	15.15-15.30	15.15-15.40	15.15-15.40
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.15-15.45</b>	<b>15.15-15.45</b>	<b>15.30-16.00</b>	<b>15.40-16.00</b>	<b>15.40-16.00</b>
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования	15.45-16.45	15.45-16.45	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка.</b> Постепенный уход домой.	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>

**Сводный режим пребывания детей в разных возрастных группах  
на теплый период года (июнь – август)**

<b>Режимные моменты</b>	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа (на улице)	7.00-7.50	7.00-7.55	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10
Утренняя гимнастика (на улице)	7.50-8.00	7.55-8.05	8.00-8.10	8.00 -8.10	8.10-8.20
<b>Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры</b>	<b>8.00-8.25</b>	<b>8.05-8.30</b>	<b>8.10-8.35</b>	<b>8.10-8.30</b>	<b>8.20-8.50</b>
Занятия, самостоятельная игровая деятельность детей, занятия со специалистами	8.25-9.25	8.30-9.40	8.35-10.05	8.40-10.40	8.50-10.50
<b>Второй завтрак</b>	<b>9.25-9.35</b>	<b>9.40-9.50</b>	<b>10.05-10.20</b>	<b>10.30-10.40</b>	<b>10.35-10.45</b>
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> , самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.).	9.35-10.00 <b>10.00-11.00</b>	9.50-10.10 <b>10.10-11.10</b>	10.20-10.30 <b>10.30-12.00</b>	<b>10.40-12.10</b>	<b>10.45-12.15</b>
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы.	11.00-11.20	11.10-11.30	12.00-12.20	12.10-12.25	12.15-12.25
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>11.20-12.00</b>	<b>11.30-12.00</b>	<b>12.20-12.45</b>	<b>12.25-12.45</b>	<b>12.25-12.45</b>
Подготовка к дневному сну, сон	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.45-15.15</b>	<b>12.45-15.15</b>	<b>12.45-15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гигиенические процедуры, свободная игра	15.00-15.15	15.00-15.15	15.15-15.30	15.15-15.40	15.15-15.40
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.15-15.45</b>	<b>15.15-15.45</b>	<b>15.30-16.00</b>	<b>15.40-16.00</b>	<b>15.40-16.00</b>
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами	15.45-16.45	15.45-16.45	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка.</b> Постепенный уход домой.	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>

**Гибкий режим пребывания детей в разных возрастных группах при неблагоприятных погодных условиях (сильный ветер, дождь, снег, t ниже -15С)**

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, гигиенические процедуры	7.00-7.50	7.00-7.55	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.55-8.05	8.00-8.10	8.00-8.10	8.10-8.20
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.00-8.25</b>	<b>8.05-8.30</b>	<b>8.10-8.35</b>	<b>8.10-8.30</b>	<b>8.20-8.50</b>
Занятия, самостоятельная игровая деятельность детей, занятия со специалистами	8.25-9.25	8.30-9.40	8.35-10.05	8.40-10.40	8.50-10.50
<b>Второй завтрак</b>	<b>9.25-9.35</b>	<b>9.40-9.50</b>	<b>10.05-10.20</b>	<b>10.30-10.40</b>	<b>10.35-10.45</b>
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> , самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.).	9.35-10.00 <b>10.00-11.00</b>	9.50-10.10 <b>10.10-11.10</b>	10.20-10.30 <b>10.30-12.00</b>	<b>10.40-12.10</b>	<b>10.45-12.15</b>
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы.	11.00-11.20	11.10-11.30	12.00-12.20	12.10-12.25	12.15-12.25
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>11.20-12.00</b>	<b>11.30-12.00</b>	<b>12.20-12.45</b>	<b>12.25-12.45</b>	<b>12.25-12.45</b>
Подготовка к дневному сну, сон	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.45-15.15</b>	<b>12.45-15.15</b>	<b>12.45-15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гигиенические процедуры, свободная игра	15.00-15.15	15.00-15.15	15.15-15.30	15.15-15.40	15.15-15.40
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.15-15.45</b>	<b>15.15-15.45</b>	<b>15.30-16.00</b>	<b>15.40-16.00</b>	<b>15.40-16.00</b>
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования	15.45-16.45	15.45-16.45	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> . Постепенный уход домой.	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>

Примечание:

При температуре воздуха ниже минус 15С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается

## Гибкий режим пребывания детей в разных возрастных группах на период карантина

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, гигиенические процедуры	7.00-7.50	7.00-7.55	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.55-8.05	8.00-8.10	8.00 -8.10	8.10-8.20
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.00-8.25</b>	<b>8.05-8.30</b>	<b>8.10-8.35</b>	<b>8.10-8.30</b>	<b>8.20-8.50</b>
Занятия, самостоятельная игровая деятельность детей, занятия со специалистами	8.25-9.25	8.30-9.40	8.35-10.05	8.40-10.40	8.50-10.50
<b>Второй завтрак</b>	<b>9.25-9.35</b>	<b>9.40-9.50</b>	<b>10.05-10.20</b>	<b>10.30-10.40</b>	<b>10.35-10.45</b>
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> , самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.).	9.35-10.00 <b>10.00-11.00</b>	9.50-10.10 <b>10.10-11.10</b>	10.20-10.30 <b>10.30-12.00</b>	<b>10.40-12.10</b>	<b>10.45-12.15</b>
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы.	11.00-11.20	11.10-11.30	12.00-12.20	12.10-12.25	12.15-12.25
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>11.20-12.00</b>	<b>11.30-12.00</b>	<b>12.20-12.45</b>	<b>12.25-12.45</b>	<b>12.25-12.45</b>
Подготовка к дневному сну, сон	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.45-15.15</b>	<b>12.45-15.15</b>	<b>12.45-15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гигиенические процедуры, свободная игра	15.00-15.15	15.00-15.15	15.15-15.30	15.15-15.40	15.15-15.40
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.15-15.45</b>	<b>15.15-15.45</b>	<b>15.30-16.00</b>	<b>15.40-16.00</b>	<b>15.40-16.00</b>
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования	15.45-16.45	15.45-16.45	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка.</b> Постепенный уход домой.	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>

**Щадящий режим пребывания детей в разных возрастных группах для детей III-IV группы здоровья и перенесших заболевание**

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, гигиенические процедуры	7.00-7.50	7.00-7.55	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.55-8.05	8.00-8.10	8.00-8.10	8.10-8.20
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.00-8.25</b>	<b>8.05-8.30</b>	<b>8.10-8.35</b>	<b>8.10-8.30</b>	<b>8.25-8.50</b>
Занятия, самостоятельная игровая деятельность детей, занятия со специалистами	8.25-9.25	8.30-9.40	8.35-10.05	8.30-10.30	8.50-10.50
<b>Второй завтрак</b>	<b>9.20-9.30</b>	<b>9.40-9.50</b>	<b>10.05-10.20</b>	<b>10.30-10.40</b>	<b>10.35-10.45</b>
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> , самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения и т.д.).	9.35-10.00 <b>10.00-11.00</b>	9.50-10.10 <b>10.10-11.10</b>	10.20-10.30 <b>10.30-12.00</b>	<b>10.40-12.10</b>	<b>10.45-12.15</b>
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы.	11.00-11.25	11.10-11.30	12.00-12.20	12.10-12.25	12.15-12.25
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>11.25-12.00</b>	<b>11.30-12.00</b>	<b>12.20-12.45</b>	<b>12.30-12.50</b>	<b>12.35-12.55</b>
Подготовка к дневному сну, сон	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.45-15.15</b>	<b>12.50-15.20</b>	<b>12.55-15.20</b>
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гигиенические процедуры, свободная игра	15.00-15.15	15.00-15.15	15.15-15.30	15.20-15.40	15.20-15.40
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.15-15.45</b>	<b>15.20-15.50</b>	<b>15.30-16.00</b>	<b>15.40-16.00</b>	<b>15.45-16.00</b>
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования	15.45-16.45	15.45-16.45	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> . Постепенный уход домой.	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	16.45-17.00 <b>17.00-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>	<b>17.30-19.00</b>