

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Принято

Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2024

С учетом мнения Совета родителей

ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2024

Утверждаю

Приказ от 30.08.2024 № 116н3
Заведующий ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



РЕЖИМЫ ДНЯ

В ДОШКОЛЬНЫХ ГРУППАХ НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

Санкт-Петербург
05.09.24 17:32 (MSK)
2024 год

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

- для детей с хроническими заболеваниями или III группы здоровья – индивидуальный режим дня;
- с учетом мнения родителя (если ребенок посещает Государственное учреждение дополнительного образования или консультативные центры).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий**

05.09.24 17:32 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



РЕЖИМ ДНЯ

На холодный период года
для детей 1,5 – 2 лет
на 2024-2025 учебный год

Содержание	Время
Прием, утренний фильтр, осмотр, игры	7.00-8.00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические процедуры.	8:10–9:20
Завтрак	8.20-8.50
Активное бодрствование: игровая деятельность	8.50-9.10
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.10-9.20
(Перерыв между занятиями-10 минут, физкультурные минутки)	9.30-9.40
Второй завтрак, культурно-гигиенические процедуры	9.45-10.00
Подготовка к прогулке	10.00-10.20
Прогулка, возвращение с прогулки	10.20-11.20
Подготовка к обеду, культурно-гигиенические процедуры	11.20-11.30
Обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.00-12.10
Дневной сон	12.10-15.10
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.10-15.20
Подготовка к полднику, культурно-гигиенические процедуры	15.20-15.40
Полдник.	15.40-16.10
Активное бодрствование: игровая деятельность	16.10-16.30
Подготовка к прогулке.	16.30-19.00
Прогулка, игры. Уход домой	

Подготовка к обеду, культурно-гигиенические процедуры

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

05.09.24 17:32 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период года
1 младшая группа (от 2 до 3 лет)
на 2024-2025 учебный год

Содержание	Время
Прием, утренний фильтр. Спокойные игры, совместная деятельность педагогов с детьми, индивидуальная работа.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические процедуры.	8.10-8.20
Завтрак	8.20-8.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	8.50-9.10
Занятия в игровой форме по подгруппам (Перерыв между занятиями-10 минут, физкультурные минутки)	9.10-9.20 9.30-9.40
Второй завтрак, культурно-гигиенические процедуры	10.00-10.15
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.00-11.20
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.20-11.30
Обед.	11.30-12.00
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.00-12.10
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры Подготовка к полднику	15.00-15.30
Полдник.	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность\ занятия в игровой форме	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.30-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

05.09.24 17:32 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ
САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



**РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период года
Младшая группа (3-4 лет)
на 2024-2025 учебный год**

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические процедуры.	8.10-8.20
Завтрак.	08.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.20
Занятия (10 минутные перерывы, гимнастика-2 минуты)	9.20-10.00
Второй завтрак, гигиенические процедуры	10.00-10.15
Подготовка к прогулке.	10.15-10.35
Прогулка	10.35- 11.20
Возвращение с прогулки	11.20-11.30
Подготовка к обеду	11.30-11.40
Обед.	11.40-12.10
Подготовка ко сну (гигиенические процедуры)	12.10-12.20
Дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.10
Игры, самостоятельная деятельность. Подготовка к полднику	15.10-15.45
Полдник.	15.45-16.15
Подготовка к прогулке.	16.15-16.30
Прогулка. Уход домой	16.30-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

05.09.24 17:32 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
№ 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период года
Средняя группа (4-5 лет)
на 2024-2025 учебный год

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (10 минут)	7.00-8.20
Завтрак	8.20 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.15- 10.05
Второй завтрак	10.00-10.15
Подготовка к прогулке.	10.10-10.30
Прогулка	10.30-11.30
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические процедуры Подготовка к обеду.	11.30-12.00
Обед.	12.00-12.30
Подготовка ко сну	12.30-12.45
Дневной сон	12.45-15.15
Постепенный подъем, закаливающие процедуры. Подготовка к полднику	15.15-15.45
Полдник.	15.45-16.15
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.15-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой	17.00-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

05.09.24 17:32 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
№ 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.

РЕЖИМ ДНЯ
На холодный период года
СТАРШАЯ ГРУППА (5-6 ЛЕТ)
на 2024-2025 учебный год

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (10 минут)	7.00-8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак. Игры, подготовка к занятиям	8.30-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00- 10.00
Второй завтрак	10.00-10.15
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.15-11.40
Подготовка к обеду.	11.40-11.55
Обед.	11.55-12.25
Подготовка ко сну	12.25-12.35
Дневной сон	12.35-15.05
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.05-15.25
Подготовка к полднику. Полдник.	15.40-16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.20-16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой	16.40-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

05.09.24 17:32 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
№ 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



РЕЖИМ ДНЯ
На холодный период года
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (6-7 ЛЕТ)
На 2024-2025 уч.г.

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (10 минут)	7.00-8.20
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.20-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00- 19.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки	10.20-11.40
Подготовка к обеду.	11.40-11.55
Обед.	12.10-12.40
Подготовка ко сну	12.40-12.50
Дневной сон	12.50-15.10
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.10-15.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.20-16.00
Подготовка к полднику. Полдник.	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой	16.30- 19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

05.09.24 17:32 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
№ 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБДОУ детский сад №74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ
(при неблагоприятных погодных условиях)

При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки **сокращается**. Прогулки **отменяются** во время штормового предупреждения МЧС РФ или выпадения обильных осадков (проливного дождя, града, сильной метели). Также прогулка может быть отменена по решению администрации детского сада, если на территории дошкольной организации существует угроза жизни и здоровью детей и сотрудников до ее устранения.

Рекомендации:

1. Мероприятия (или часть мероприятий) с детьми, запланированные для проведения на улице, по возможности адаптируются к организации в групповом помещении. При сокращении времени прогулки воспитатель сам определяет (исходя из погодных условий), какие мероприятия проводятся на прогулочном участке, какие в помещении группы.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
№ 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



РЕЖИМ ДНЯ НА ВРЕМЯ КАРАНТИНА

Действует на период наложения карантина, устанавливается по рекомендации медицинской организации, обслуживающей ДОО (СПб ГБУЗ «Городская поликлиника №71, №17»)

Рекомендации:

- Усилить утренний фильтр детей при приеме в группу;
- Действовать согласно Порядка действий при карантине
- Все образовательные мероприятия, запланированные к проведению в музыкальном зале или физкультурном зале, проводятся в групповом помещении;
- Для организации образовательных мероприятий в группе используются только те пособия и игрушки, которые можно обрабатывать обеззараживающими растворами;
- Увеличивается количество культурно-гигиенических мероприятий (мытьё рук, личная гигиена)

Г. Д. Безрученко
Заведующий

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

05.09.24 17:32 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
№ 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБДОУ детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ
(для детей после перенесенных острых заболеваний)

Предназначен для детей часто болеющих ОРЗ (ОРВИ), имеющими 3 группу здоровья, с повышенной активностью нервной системы.

Рекомендации:

- Дозирование физической нагрузки во время проведения утренней гимнастики и физкультурных занятий (исключаются упражнения, требующие большого физического напряжения: бег, прыжки, подвижные игры большой подвижности);
- Ограничение времени прогулок в течение 2-х недель на 15 минут;
- Освобождение от занятий физического развития на улице на 2 недели;
- Увеличение дневного сна (укладывать первыми, поднимать последними);
- Щадящая методика закаливания

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
№ 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Утверждаю
Приказ от 30.09.2024 № 116 п 3
Заведующий ГБОУ дошкольное образовательное учреждение детский сад № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга
Безрученко Г.Д.



ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ

(для детей, имеющих 2-3 медицинских диагноза или III группу здоровья)

Рекомендации:

- Физкультурная группа - подготовительная. Дети не участвуют в соревнованиях, кроссах, спартакиадах и пр.
- По медицинским показаниям для детей могут быть ограничены отдельные виды двигательной деятельности (в соответствии с диагнозом).
- После обострения хронического заболевания ограничивается длительность прогулки (на 15 мин)