

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №71 Центрального района Санкт-Петербурга

Согласовано
Врач _____ /Шкварук Т.Л./

Утверждено на педагогическом совете
Протокол № 1 от 28.08.2025 г.
Утверждаю
Заведующий ГБДОУ _____ /Образцова С.И./

**РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЕЙ ГРУППЫ**
на холодный период года (режим работы 12 часов)

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Приём, осмотр детей, игры, индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность педагога с детьми	7.00 – 8.15
Утренняя зарядка	8.15 – 8.25
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.25 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40 – 9.00
Занятия с: ➤ воспитателем; ➤ музыкальным руководителем.	9.00 – 9.20; 9.30 – 9.50
Второй завтрак	9.55 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.10 – 11.55
Возвращение с прогулки, игры	11.55 – 12.10
Подготовка к обеду, обед.	12.10 – 12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъём, воздушные ванны, гигиенические процедуры, игры	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
Совместная и самостоятельная деятельность (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательная – исследовательская, конструирование, музыкальная и др.) Индивидуальная работа с детьми.	15.50 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	16.40 – 18.00
Возвращение в группу, игры, уход детей домой.	18.00-19.00

Режим разработан в соответствии с СанПиНом 2.4.3648-20

Время и продолжительность прогулки может быть изменено в связи с карантинными условиями и в соответствии с погодными условиями.

**РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЕЙ ГРУППЫ**
на холодный период года (режим работы 12 часов)
(при карантине)

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
-------------------------	--------------

Приём, осмотр детей, игры, индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность педагога с детьми	7.00 – 8.15
Утренняя зарядка	8.15 – 8.25
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям.	8.25 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40 – 9.00
Занятие.	9.00 – 9.20
Второй завтрак	9.25 – 9.35
Подготовка к прогулке, прогулка.	9.35 – 12.00
Возвращение с прогулки, игры	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед.	12.10 – 12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъём, воздушные ванны, гигиенические процедуры, игры	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
Совместная и самостоятельная деятельность (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно – исследовательская, конструирование, музыкальная и др.) Индивидуальная работа с детьми.	15.50 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.40 – 18.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.	18.00 – 19.00

Режим разработан в соответствии с СанПиНом 2.4.3648-20

- прекращение контактов с другими группами;
- Частое проветривание;
- Совместная деятельность с детьми проводится в группе;
- Увеличивается время прогулок;
- Время и продолжительность прогулки может быть изменено в связи с карантинными условиями и в соответствии с погодными условиями.
- Проводится тщательный осмотр детей утром, перед сном, после сна и по необходимости чаще.

РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

на холодный период года (режим работы 12 часов)

(при температуре воздуха ниже -15 градусов и сила ветра более 7 метров в секунду)

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Приём, осмотр детей, игры, индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность педагога с детьми	7.00 – 8.15
Утренняя зарядка	8.15 – 8.25
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям	8.25 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40 – 9.00
Занятия с:	

<ul style="list-style-type: none"> ➤ воспитателем; ➤ музыкальным руководителем. 	9.00 – 9.20; 9.30 – 9.50
Второй завтрак	9.55 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.10 – 11.15
Возвращение с прогулки. Подвижные игры, игры по желанию детей.	11.15 – 12.10
Подготовка к обеду, обед.	12.10 – 12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъём, воздушные ванны, гигиенические процедуры, игры	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
Совместная и самостоятельная деятельность (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно – исследовательская, конструирование, музыкальная и др.) Индивидуальная работа с детьми.	15.50 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.55 – 18.00
Возвращение с прогулки, Самостоятельная деятельность детей, Индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.	18.00 – 19.00

Режим разработан в соответствии с СанПиНом 2.4.3648-20

- Сокращение времени на прогулку не должно влиять на обеспечение оптимального режима двигательной активности детей.
- Время и продолжительность прогулки может быть изменено в связи с карантинными условиями и в соответствии с погодными условиями.

**РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЕЙ ГРУППЫ
на холодный период года (режим работы 12 часов)
(шаблон)**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Приём, осмотр детей, игры, индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность педагога с детьми	7.00 – 8.15
Утренняя зарядка	8.15 – 8.25
Самостоятельные игры. Подготовка к занятиям	8.25 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40 – 9.00
Занятия с: <ul style="list-style-type: none"> ➤ воспитателем; ➤ музыкальным руководителем. 	9.00 – 9.20; 9.30 – 9.50
Второй завтрак	9.55 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.10 – 12.00
Возвращение с прогулки, игры	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед.	12.10 – 12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъём, воздушные ванны, гигиенические процедуры, игры	15.00 – 15.30

Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
Совместная и самостоятельная деятельность (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно – исследовательская, конструирование, музыкальная и др.) Индивидуальная работа с детьми.	15.50 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50 – 19.00
Возвращение с прогулки, Самостоятельная деятельность детей, Индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.	18.00 – 19.00

Режим разработан в соответствии с СанПиНом 2.4.3648-20

- Освобождение от проведения закаливающих процедур, от видов совместной с педагогом деятельности с большой двигательной активностью, индивидуально по рекомендации врача.
- Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течении дня.
- Пролонгированный сон.
- Гибкий режим прогулок.
- Время и продолжительность прогулки может быть изменено в связи с карантинными условиями и в соответствии с погодными условиями.

РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

Теплый период года (режим работы 12 часов)

<i>Режимные моменты на солнечную погоду</i>	<i>Время</i>	<i>Режимные моменты на дождливую погоду</i>
Приём детей на улице, осмотр детей, опрос родителей о состоянии здоровья ребёнка. Совместная игровая, художественная, познавательная деятельность с детьми.	7.00 – 8.00	Приём детей в группе, осмотр детей, Совместная игровая, художественная, познавательная деятельность с детьми.
Утренняя зарядка	8.00 – 8.15	Утренняя зарядка.
КГН. Дежурства.	8.15 – 8.25	КГН. Дежурства.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
Подготовка к прогулке, прогулка: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Беседы – инструктажи по безопасности поведения на улице. ➤ Закаливающие процедуры. ➤ Совместная деятельность с детьми (подвижные игры, спортивные игры). ➤ Самостоятельная деятельность детей (игры со строительным материалом). ➤ Индивидуальная деятельность педагога с детьми. 	8.50 – 10.00	Совместная и самостоятельная деятельность (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно – исследовательская, конструирование, музыкальная и физическое развитие). Индивидуальная работа с детьми.
Возвращение с прогулки, КГН, подготовка ко второму завтраку.	10.00– 10.15	КГН, подготовка ко второму завтраку.
Второй завтрак	10.15 – 10.35	Второй завтрак
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35 – 12.15	Совместная игровая, художественная, познавательная деятельность с детьми.
Возвращение с прогулки, КГН	12.15 -12.30	КГН, дежурство.
Подготовка к обеду, обед	12.30– 13.00	Подготовка к обеду, обед
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.30	Подготовка ко сну, дневной сон
Постепенный подъём, воздушные процедуры	15.30 – 15.40	Постепенный подъём, воздушные процедуры

Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00	Подготовка к полднику, полдник
Самостоятельная деятельность детей. Совместная досуговая деятельность	16.00– 16.30	Самостоятельная деятельность детей. Совместная досуговая деятельность
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная и самостоятельная деятельность (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательная – исследовательская, конструирование). Индивидуальная работа с детьми. Уход домой	16.30 – 19.00	Совместная и самостоятельная деятельность (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно – исследовательская, конструирование, музыкальная и др.) Индивидуальная работа с детьми. Уход домой

Режим разработан в соответствии с СанПиНом 2.4.3648-20

Время и продолжительность прогулки может быть изменено в связи с карантинными условиями и в соответствии с погодными условиями.

**РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЯЯ ГРУППА
Теплый период года (режим работы 24 часов)**

<i>Режимные моменты на солнечную погоду</i>	<i>Время</i>
Подъём, утренняя зарядка, КГН.	08.00-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	08.35-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	09.00-10.00
Второй завтрак (фрукты, йогурт)	10.00-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-12.00
Возвращение с прогулки, КГН.	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10
Подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50
Игры, совместная деятельность	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.55
Возвращение с прогулки, КГН	18.55-19.00
Подготовка к ужину, ужин	19.00-19.20
Прогулка. Самостоятельная деятельность, чтение худож. литер.	19.20-20.20
II ужин (йогурт, биокефир)	20.20-20.30
Водные процедуры	20.30-21.00
Подготовка ко сну, сон	21.00-08.00

Режим разработан в соответствии с СанПиНом 2.4.3648-20

Время и продолжительность прогулки может быть изменено в соответствии с погодными условиями.