

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 63 Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

УТВЕРЖДЕН:

Приказ № 102-ОД от 25.08.2023 г.

РЕЖИМЫ ДНЯ

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
Протокол от 25.08.2023 г. № 1

Санкт-Петербург
2023

Гибкий режим дня в группе раннего возраста (1,5-2 лет) общеразвивающей направленности с 24-х часовым пребыванием детей

(холодный период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	8.50 - 9.00
Занятие (<i>1 подгруппа</i>) / самостоятельная деятельность	9.00 - 9.10
Занятие (<i>2 подгруппа</i>) / самостоятельная деятельность	9.10 - 9.20
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.20-10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	10.40 - 11.20
Возвращение с прогулки, совместная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.30
Обед	11.30-11.55
Подготовка ко сну, дневной сон	11.55 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15.00 - 15.30
Полдник	15.30
Занятие (<i>1 подгруппа</i>) / самостоятельная деятельность (время занятия во 2 половине дня варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных занятий)	15.50 – 16.00
Занятие (<i>2 подгруппа</i>) / самостоятельная деятельность (время занятия во 2 половине дня варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных занятий)	16.00-16.10
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.10 - 18.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.10 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50 – 21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10– 7.00

- Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15 и скорости ветра более 7 м/с.

(теплый период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00 - 7.30
Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастик, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	8.50 – 9.00
Занятие с инструктором по физкультуре и музыкальным руководителем (<i>1 подгруппа</i>)	9.00-9.10
Занятие с инструктором по физкультуре и музыкальным руководителем (<i>2 подгруппа</i>)	9.10-9.20
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.20-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	10.40 - 11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.30
Обед	11.30 - 11.55
Подготовка ко сну, дневной сон	11.55 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15.00 - 15.30
Полдник	15.30
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.50 - 16.00
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.00 - 18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.00 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50 – 21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10 – 7.00

- В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованную образовательную деятельность, в том числе по физической культуре рекомендуется проводить на открытом воздухе.

Гибкий режим дня в группе раннего возраста (2-3 лет) общеразвивающей направленности с 24-х часовым пребыванием детей

(холодный период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	8.50 - 9.00
Занятие (<i>1 подгруппа</i>)	9.00 - 9.10
Занятие (<i>2 подгруппа</i>)	9.10 - 9.20
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.20-10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	10.40 - 11.20
Возвращение с прогулки, совместная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.30
Обед	11.30 - 11.55
Подготовка ко сну, дневной сон	11.55 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.00 - 15.30
Полдник	15.30
Занятие (<i>1 подгруппа</i>) / самостоятельная деятельность (время занятия во 2 половине дня варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных занятий)	15.50 – 16.00
Занятие (<i>2 подгруппа</i>) / самостоятельная деятельность (время занятия во 2 половине дня варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных занятий)	16.00-16.10
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.10-18.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.10 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50 – 21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10 – 7.00

- Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15 и скорости ветра более 7 м/с.

(теплый период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей на участке, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	8.50 - 9.00
Занятие с инструктором по физкультуре и музыкальным руководителем (<i>1 подгруппа</i>)	9.00-9.10
Занятие с инструктором по физкультуре и музыкальным руководителем (<i>2 подгруппа</i>)	9.10-9.20
Совместная и самостоятельная деятельность на прогулке	9.20-10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Совместная и самостоятельная деятельность на прогулке	10.40 - 11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.30
Обед	11.30-11.55
Подготовка ко сну, дневной сон	11.55 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.00 - 15.30
Полдник	15.30
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.50 - 16.10
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.10 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50 – 21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10 – 7.00

- В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованную образовательную деятельность, в том числе по физической культуре рекомендуется проводить на открытом воздухе.

**Гибкий режим дня в младшей группе (3-4 года)
общеразвивающей направленности с 24-х часовым пребыванием детей**

(холодный период года)

Подъем, утренний туалет <i>(ночующие дети)</i>	7.00-7.30
Прием детей на участке, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00
Занятие (время 2 занятия в 1 половине дня варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных занятий)	9.00–9.15 9.25-9.40
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.40 – 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Совместная и самостоятельная деятельность на прогулке	10.40 - 11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.30
Обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 - 15.05
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.05 - 15.30
Полдник	15.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	15.50 - 16.20
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.20 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20 - 18.30
Ужин	18.30
Спокойные игры, совместная и самостоятельная игровая деятельность, чтение художественной литературы	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50 – 21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10 – 7.00

- Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15 и скорости ветра более 7 м/с.

(теплый период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей на участке, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Самостоятельная и организованная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятие по физкультуре и музыке	9.00 – 9.15
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.15-10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	10.40 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.40 - 12.05
Обед	12.05 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.05
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.05 - 15.30
Полдник	15.30
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.50 - 16.20
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.20 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50 – 21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10 –7.00

- В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованную образовательную деятельность, в том числе по физической культуре рекомендуется проводить на открытом воздухе.

Гибкий режим дня в средней группе (4-5 лет) общеразвивающей направленности с 24-х часовым пребыванием детей

(холодный период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Совместная и самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00
Занятие (время 2 занятия в 1 половине дня варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных занятий)	9.00-9.20; 9.30-9.50
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.50-10.40
Второй завтрак	10.40 - 10.50
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	10.50 – 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.50-12.05
Обед	12.05-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.10
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.10 - 15.30
Полдник	15.30
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.50 - 16.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.30 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50–21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10- 7.00

- Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15 и скорости ветра более 7 м/с.

(теплый период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей на участке, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, совместная и самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятие по физкультуре и музыке	9.00-9.20;
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.20-9.40
Второй завтрак	10.40 - 10.50
Самостоятельная и совместная игровая деятельность на прогулке	10.50-11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.50-12.05
Обед	12.05-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.10
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.10 - 15.30
Полдник	15.30
Игры, самостоятельная деятельность	15.50 - 16.20
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.20 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.20 - 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30
Спокойные игры, совместная и самостоятельная деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50 – 21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10 –7.00

- В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованную образовательную деятельность, в том числе по физической культуре рекомендуется проводить на открытом воздухе.

Гибкий режим дня в старшей группе (5-6 лет) общеразвивающей направленности с 24-х часовым пребыванием детей

(холодный период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00
Занятие (время 2 занятия в 1 половине дня варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных занятий)	9.00-9.25; 9.35-10.00
Самостоятельная и совместная игровая деятельность на прогулке	10.00-10.50
Второй завтрак	10.50 - 11.00
Самостоятельная и совместная игровая деятельность на прогулке	11.00-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.00-12.10
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.10
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.10 - 15.30
Полдник	15.30
Занятие (время варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных досугов)	15.50-16.15
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.15-16.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.30 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50 - 21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10- 7.00

- Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15 и скорости ветра более 7 м/с.

(теплый период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей, совместная и самостоятельная деятельность утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Совместная и самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00
Занятие по физкультуре и музыке	9.00 - 9.25
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.25-10.25
Второй завтрак	10.50–11.00
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	11.00- 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.00-12.10
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.10
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.10-15.30
Полдник	15.30
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.50 - 16.20
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.20 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная деятельность	18.50-20.50
Гигиенические процедуры	20.50-21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10 – 7.00

- В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованную образовательную деятельность, в том числе по физической культуре рекомендуется проводить на открытом воздухе.

Гибкий режим дня в разновозрастной группе (3-7 лет) оздоровительной направленности с 12-и часовым пребыванием детей

(холодный период года)

Прием детей, взаимодействие с родителями, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, медицинские процедуры. подготовка к завтраку	7.00 - 8.00
Завтрак	8.00 - 8.30
Самостоятельная игровая деятельность, свободное общение детей	8.30- 9.00
Образовательная деятельность (занятия), самостоятельная игровая деятельность детей и совместная деятельность педагога с детьми между образовательной деятельностью (занятиями)	9.00-9.50
Медицинские процедуры. Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.50 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 – 11.45
Возвращение с прогулки, медицинские процедуры, подготовка к обеду	11.45 - 12.00
Обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.15
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, медицинские процедуры,	15.15 - 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40- 16.00
Образовательная деятельность (занятия), самостоятельная игровая деятельность, досуги	16.00- 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 - 17.50
Возвращение с прогулки, медицинские процедуры, подготовка к ужину, ужин	17.50- 18.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность, взаимодействие с родителями, уход домой	18.30 - 19.00

- Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15 и скорости ветра более 7 м/с.

(теплый период года)

Прием детей на улице, взаимодействие с родителями, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, медицинские процедуры, подготовка к завтраку	7.00 - 8.00
Завтрак	8.00 - 8.30
Совместная и самостоятельная деятельность	8.30 - 9.00
Занятие по физкультуре и музыке на улице	9.00-9.20
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.20-9.50
Медицинские процедуры. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	9.50 - 10.10
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	10.10-11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, медицинские процедуры, подготовка к обеду	11.45-12.00
Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.15
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15.15 - 15.40
Медицинские процедуры, подготовка к полднику. Полдник	15.40- 16.10
Подготовка к прогулке, Игры, совместная и самостоятельная деятельность на прогулке	16.10 - 17.50
Возвращение с прогулки, медицинские процедуры, подготовка к ужину, ужин	17.50 - 18.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность, взаимодействие с родителями, уход детей домой	18.30 - 19.00

- В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованную образовательную деятельность, в том числе по физической культуре рекомендуется проводить на открытом воздухе.

**Гибкий режим дня в подготовительной к школе группе (6-7 лет)
общеразвивающей направленности с 24-х часовым пребыванием детей**

(холодный период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей, совместная и самостоятельная деятельность утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 – 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00
Занятие (время 2 занятия в 1 половине дня варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных занятий)	9.00 -9.30; 9.40 -10.10
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	10.10 – 10.50
Второй завтрак	10.50 – 11.00
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	11.00 – 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.10
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.10 - 15.30
Полдник	15.30
Занятие (время варьируется в зависимости от расписания музыкальных и физкультурных занятий/досугов)	15.50- 16.20
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.20 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50-21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10-7.00

- Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15 и скорости ветра более 7 м/с.

(теплый период года)

Подъем, утренний туалет (<i>ночующие дети</i>)	7.00-7.30
Прием детей на улице, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Совместная и самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00
Занятие по физкультуре и музыке	9.00-9.30;
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	9.30-10.50
Второй завтрак	10.50–11.00
Самостоятельная и совместная игровая деятельность на прогулке	11.00-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.10
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.10 - 15.30
Полдник	15.30
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.50 - 16.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность на прогулке	16.30 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20 - 18.30
Ужин	18.30
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	18.50 - 20.50
Гигиенические процедуры	20.50 –21.00
Второй ужин	21.00
Укладывание, ночной сон	21.10 – 7.00

- В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованную образовательную деятельность, в том числе по физической культуре рекомендуется проводить на открытом воздухе.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 63 ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Петрова Лариса Александровна, Заведующий

31.08.23 11:55 (MSK)

Сертификат 5921231E51DC570D98FD22D546C5862C