

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 35 Кировского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТ

решением Педагогического Совета
ГБДОУ д/с № 35
Кировского района Санкт-Петербурга
протокол от 29.08. 2025 г. № 4

Мнение Совета родителей
ГБДОУ детского сада № 35
Кировского района Санкт-Петербурга
УЧТЕНО

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ГБДОУ д/с № 35
Кировского района Санкт-Петербурга

С.В. Власова
Приказ от 29.08.2025 г. № 12-ОД

**Режим дня
На 2025-2026 учебный год**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Режим дня Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 35 Кировского района Санкт-Петербурга (далее – ГБДОУ) является нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации режима дня в 2025– 2026 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;
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и «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;
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования.

Регионального уровня:

- Закон Санкт-Петербурга № 461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге» от 17.07.2013г.;

Локальные акты ГБДОУ:

- Устав;
- образовательная программа дошкольного образования.

Режим дня включает в себя следующие сведения:

- регламентирование образовательного процесса ГБДОУ в течение дня в 2025 – 2026 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.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Регламентирование образовательного процесса в течение дня
Режим пребывания детей в разных возрастных группах в холодный период года (сентябрь - май)

Режимные моменты	Ранний возраст 1,5-2г.	Ранний возраст 2-3г.	Младшая группа 3-4г.	Средняя группа 4-5л.	Старшая группа 5-6л.	Подготовит. группа 6-7л.
Прием, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, гигиенические процедуры	7.00-8.05	7.00-8.05	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.05-8.15	8.05-8.15	8.10-8.20	8.10-8.20	8.20 -8.30	8.20 -8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.45	8.15-8.45	8.20-8.45	8.20-8.45	8.30-8.50	8.30-8.50
Занятия, самостоятельная игровая деятельность детей	8.45-10.00	8.45-10.00	8.45-10.20	8.45-10.20	8.50-10.40	8.50-11.20
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.20-10.30	10.40-10.50	10.40-10.50	10.20-10.30
Подготовка к прогулке. Прогулка , самостоятельная и совместная деятельность детей (наблюдения, игры, трудовые поручения)	10.10-10.20 10.20-11.20	10.10-10.20 10.20-11.20	10.30-10.40 10.40-11.40	10.50-11.00 11.00-12.10	10.50-12.20	11.20-12.30
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы	11.20-11.30	11.30-11.40	11.40-11.50	12.10-12.20	12.20-12.30	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.40-12.00	11.50-12.10	12.20-12.40	12.30-12.50	12.40-13.00
Подготовка к дневному сну, сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.10-15.10	12.40-15.10	12.50-15.20	13.00-15.30
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гигиенические процедуры, свободная игра	15.00-15.10	15.00-15.10	15.10-15.20	15.10-15.20	15.20-15.30	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.40	15.10-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.30-15.50	15.40-16.00
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия доп. образования	15.40-16.40	15.40-16.40	15.40-16.45	15.40-17.00	15.50-17.00	16.00-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Постепенный уход домой	16.40-17.00 17.00-19.00	16.40-17.00 17.00-19.00	16.45-17.00 17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

Режим пребывания детей в разных возрастных группах на теплый период года (июнь-август)

(группы: группа раннего дошкольного возраста – подготовительная к школе группа)

Режимные моменты	Ранний возраст 1,5-2г.	Ранний возраст 2-3г.	Младшая группа 3-4г.	Средняя Группа 4-5л.	Старшая группа 5-6л.	Подготовит. группа 6-7л.
Прием, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, гигиенические процедуры	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.30	7.00-8.30
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.10 -8.20	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.50	8.10-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку, прогулка , занятия на прогулке, самостоятельная деятельность, активный отдых, культурно-досуговая деятельность	8.50-11.20	8.50-11.20	8.50-11.30	8.50-12.00	8.50-12.10	8.50-12.20
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.20-10.30	10.30-10.40	10.40-10.50	10.50-11.00
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы.	11.20-11.30	11.20-11.30	11.30-11.50	12.00-12.10	12.10-12.20	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-11.50	11.30-11.50	11.50-12.10	12.10-12.30	12.20-12.40	12.30-12.50
Подготовка к дневному сну, сон	11.50-15.00	11.50-15.00	12.10-15.10	12.30-15.10	12.40-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гигиенические процедуры, свободная игра	15.00-15.15	15.00-15.15	15.10-15.20	15.10-15.20	15.20-15.30	15.20-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.45	15.15-15.45	15.20-15.40	15.20-15.40	15.30-15.50	15.30-15.50
Совместная организованная деятельность, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.45-16.30	15.45-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Постепенный уход домой.	16.30-17.00 17.00-19.00	16.30-17.00 17.00-19.00	16.30-17.00 17.00-19.00	16.30-19.00	16.30-19.00	16.30-19.00

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.

РЕЖИМ ДНЯ НА ВРЕМЯ КАРАНТИНА

Действует на период наложения карантина, устанавливается по рекомендации медицинских работников.

Рекомендации:

1. усилить утренний фильтр детей при приеме в группу;
2. выполнять карантинные мероприятия, согласно установленным инструкциям;
3. все образовательные мероприятия, запланированные к проведению в музыкальном зале или физкультурном зале, проводятся в групповом помещении;
4. для организации образовательных мероприятий в группе используются только те пособия и игрушки, которые можно обрабатывать обеззараживающими растворами;
5. увеличивается количество культурно-гигиенических мероприятий (мытьё рук, личная гигиена)

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:

1. дозирование физической нагрузки во время проведения утренней гимнастики и физкультурных занятий (исключаются упражнения, требующие большого физического напряжения: бег, прыжки, подвижные игры большой подвижности);
2. ограничение времени прогулок в течение 2-х недель на 15 минут;
3. освобождение от занятий физической культурой на улице на 2 недели;
4. увеличение дневного сна (укладывать первыми, поднимать последними)

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ

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

Рекомендации:

1. физкультурная группа - подготовительная. Дети не участвуют в соревнованиях, кроссах, спартакиадах и пр.
2. по медицинским показаниям для детей могут быть ограничены отдельные виды двигательной деятельности (в соответствии с диагнозом).
3. после обострения хронического заболевания ограничивается длительность прогулки (по рекомендации лечащего врача).