

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 48
Центрального района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТ

решением Педагогического Совета
ГБДОУ детский сад №48
Центрального района Санкт-Петербурга
протокол от 30.08.2023 № 1

с учётом мнения Совета родителей
ГБДОУ детский сад №48
Центрального района Санкт-Петербурга
протокол от 30.08.2023 №1

УТВЕРЖДЕН

Заведующий ГБДОУ детский сад № 48
Центрального района Санкт-Петербурга

_____ Н.А.Степанова

приказ от 30.08.2023 №19-ОД

Степанова Нелли Александровна Подписано цифровой подписью:
Степанова Нелли Александровна
Дата: 2023.08.30 16:00:24 +03'00'

**РЕЖИМЫ ДНЯ
ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
при осуществлении образовательной деятельности
по реализации образовательной программы дошкольного образования
и рабочей программы воспитания
на 2023-2024 учебный год**

1. Общие положения.

1.1. Режим дня – является организационным документом учебно-методического комплекса Федеральной образовательной программы дошкольного образования и Федеральной рабочей программы воспитания ГБДОУ детский сад №48 Центрального района Санкт-Петербурга (далее по тексту – образовательное учреждение) регламентирующим временной регламент организации образовательно-воспитательного процесса в образовательном учреждении.

1.2. Режим дня разрабатывается в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573);

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный N 62297);

- нормативно-правовыми актами регионального законодательства;

- Уставом учреждения;

- локальным актом образовательного учреждения «Режим занятий обучающихся при осуществлении образовательной деятельности по реализации образовательной программы дошкольного образования и рабочей программой воспитания.

1.3. Режим дня устанавливает и детализирует последовательность временного распределения основных организационных периодов в соответствии с показателями организации образовательного процесса в режиме полного дня (12-ти часового пребывания) работы образовательного учреждения и графиком работы образовательного учреждения по пятидневной рабочей неделе (понедельник, вторник, среда, четверг, пятница).

1.4. Корректировка режимов дня осуществляется ежегодно на начало учебного года. Режим дня публикуются на сайте образовательного учреждения в сети Интернет, в разделе ОБРАЗОВАНИЕ, подраздел «о методических и иных документах, разработанных образовательной организацией для обеспечения образовательного процесса в виде электронного документа».

1.5. Режим дня принимается на заседании Педагогического Совета образовательного учреждения с учётом мнения Совета родителей и утверждается приказом заведующего образовательным учреждением ежегодно перед началом учебного года и размещается на информационных стендах образовательного учреждения в каждом инфраструктурном объекте образовательного учреждения и официальном сайте образовательного учреждения в сети Интернет.

2. Показатели организации образовательного процесса, используемые при разработке режима дня

2.1. При разработке режима дня используются основные и дополнительные показатели организации образовательного процесса.

2.1.1. В Режиме дня используются основные показатели организации образовательного процесса образовательного учреждения, работающего в полном режиме дня (12-ти часового пребывания), представленные в таблице 1

Таблица 1

Показатель	Возраст	Норматив
Продолжительность дневного сна, не менее	2 - 3 года	3,0 ч
	4 - 7 лет	2,5 ч
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3 ч/день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возраста	1,0 ч/день
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 мин

2.1.2. В Режиме дня используются дополнительные показатели организации образовательного процесса, введенные образовательным учреждением и обязательные к соблюдению:

– **нормативный показатель суммарной продолжительности периодов непрерывного бодрствования** детей в режиме работы образовательного учреждения, представленный в таблице 2.

Таблица 2

Возраст	Норматив
2 - 3 года*	9 ч
4 - 7 лет**	9,5 ч

**при организации режима для обучающихся в возрасте до 3 лет в периоды непрерывного бодрствования учитываются индивидуальные характеристики в соответствии с медицинскими рекомендациями;*

– **обязательность проведения прогулок в течение каждого периода бодрствования**, суммарная дневная продолжительность которых должна составлять 3 часа в день (продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с);

– **норматив дневной суммарной продолжительности самостоятельной деятельности обучающихся и совместной деятельности обучающихся с педагогами**, для организации питания, личной гигиены, подготовки к образовательной деятельности, реализации образовательной деятельности в иных организационных формах (исключая занятия) и игры, представленный в таблице 3.

Таблица 3

Возраст	Норматив в минутах/часах	
от 2 до 3 лет	340 минут	5,6 ч
от 3 до 4 лет	360 минут	6 ч
от 4 до 5 лет	350 минут	5,8 ч
от 5 до 6 лет	340/315 минут	5,6 ч/5,25 ч
от 6 до 7 лет	300 минут	5 ч

– **периоды бодрствования и сна** – последовательность временного распределения образовательного процесса в режиме полного дня работы образовательного учреждения (12-ти часового), представленные в таблице 4.

Таблица 4

Периоды режима		Временные интервалы	Количество часов
I период бодрствования	от 2 до 3 лет	7.00-12.30	5,5 ч
	от 3 до 7 лет	7.00-13.00	6 ч
Сон	от 1 до 3 лет	12.30-15.30	3 ч
	от 3 до 7 лет	13.00-15.30	2,5 ч
II период бодрствования	от 2 до 3 лет	15.30 – 19.00	3,5 ч
	от 3 до 7 лет	15.30 – 19.00	3,5 ч
Общая продолжительность режима работы образовательного учреждения			12 часов

3. Организация образовательного процесса в режиме дня и недели

3.1. Режим дня обеспечивает ежедневное соблюдение образовательным учреждением требований к основным и дополнительным показателям образовательного процесса.

3.2. При формировании режимов дня учитываются инфраструктурные особенности образовательного учреждения, связанные с архитектурой зданий, границами земельных участков, расположенных в историческом районе Санкт-Петербурга, определяющими условия организации питания, количество и площадь прогулочных площадок.

В здании образовательного учреждения, расположенном по адресу Суворовский проспект дом 62 литер.А, организация питания воспитанников осуществляется в групповых ячейках. Прогулочной площадки нет.

3.3. Режим утверждает графическое изображение режима дня, что способствует целостному восприятию организации образовательного процесса групп общеразвивающей направленности. В легенде графического изображения режима дня используются следующие цветовые заливки, представленные в таблице 5.

Виды деятельности в образовательном процессе	Цветовая легенда
Совместная деятельность педагогов и детей	
Самостоятельная деятельность детей	
Занятия по реализации ОП ДО	
Прогулка	
Сон	

Содержание самостоятельной деятельности обучающихся, совместной деятельности обучающихся с педагогами в ходе реализации образовательного процесса вписывается в соответствующую строку графического изображения режима дня.

3.4. Щадящий режим дня при организации образовательного процесса обеспечивается увеличением количества времени на свободную игровую деятельность и уменьшением количества занятий и носит индивидуальный характер по показаниям здоровья обучающихся.

При ухудшении погодных условий в сезонные периоды года, изменяется место проведения прогулок, для их организации задействуются полифункциональные кабинеты образовательного учреждения, музыкальные и спортивные залы.

3.5. В образовательном учреждении используются следующие режимы дня организации образовательного процесса:

режимы дня и организации образовательно-воспитательного процесса групп общеразвивающей направленности;

режим дня и организации образовательно-воспитательного процесса в летне-оздоровительный период;

режим двигательной активности обучающихся.

Режим дня в детском саду в 1-й младшей группе

Содержание	Время
<i>Адаптационный период</i>	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00—8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00—8.30
Игры, самостоятельная деятельность	8.30—9.35
2 завтрак, подготовка к прогулке прогулка	9.40—11.20
Возвращение с прогулки, игры	11.20—11.40
Подготовка к обеду, игры, обед	11.40—12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10—15.00
Постепенный подъем детей, воздушные процедуры, игровой массаж	15.00—15.30
Полдник	15.30—15.45
Игры, досуги, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам	15.45—16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20—18.00
Возвращение с прогулки, игры.	18.00—19.00
Уход детей домой	

Режим дня в детском саду в 1-й младшей группе

Содержание	Время
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00—8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00—8.40
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.40—9.00
Образовательная деятельность, занятия (по подгруппам)	9.00—9.35
Игры, 2 завтрак, подготовка к прогулке прогулка	9.35—11.20
Возвращение с прогулки, игры	11.20—11.40
Подготовка к обеду, игры, обед	11.40—12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10—15.00
Постепенный подъем детей, воздушные процедуры, игровой массаж	15.00—15.30
Полдник	15.30—15.45
Игры, досуги, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам	15.45—16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20—18.00
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.00—19.00
<i>Теплый период года (июнь—август)</i>	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00—8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00—8.30
Игры, подготовка к прогулке, к образовательной деятельности и выход на прогулку	8.30—9.00
Игры, 2 завтрак, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, образовательная деятельность (на участке)	9.00—11.10
Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры	11.10—11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30—12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00—15.00
Подъем детей, игровой массаж, игры	15.00—15.20
Полдник	15.20—15.45
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	15.45—16.30
Прогулка	16.30—18.00
Возвращение с прогулки	18.00—18.45
Игры, уход детей домой	18.45—19.00

Адаптационный режим пребывания ребёнка

Временной период	Адаптационные мероприятия
1 - 5 день	Пребывание в группе в течение 1-3 часов
6 - 10 день	Пребывание в группе в течение 1 половины дня (без питания)
11 - 15 день	Пребывание в группе в течение 1 половины дня с питанием
15 - 20 день	Пребывание в группе с питанием и сном (уход домой после сна и полдника)
20 - 25 день	Пребывание в группе полный день

Щадящий режим пребывания ребенка

Данный режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, а также для детей III-IV группы здоровья.

Элементы щадящего режима:

- ✓ **Сон** - увеличивается продолжительность дневного сна. Для этого ребенка укладывают первым и поднимают последним. Педагог обеспечивает спокойную обстановку перед укладыванием, иногда переводит на режим, соответствующий более раннему возрасту.
- ✓ **Кормление** - исключается нелюбимое блюдо; педагог не заставляет съедать целую порцию; по показаниям соблюдает диету; кормление детей с повышенной возбудимостью проводится отдельно от всей группы; увеличивается время, необходимое для приёма пищи.
- ✓ **Организация бодрствования** - во время непосредственно образовательной деятельности увеличено индивидуальное обращение к ребенку, не допускается переутомление, разрешается отвлекаться, сокращается продолжительность занятия, освобождается от третьего занятия, обеспечивается рациональная двигательная активность в группе и на прогулке, педагог следит за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности). Индивидуальные сборы на прогулку под контролем взрослого (ребенок одевается последним на прогулку и первым раздевается после прогулки)
- ✓ **Физическое развитие** - исключены из занятий по физическому развитию бег, прыжки, подвижные игры (в это время ребенок наблюдает за товарищами, помогает воспитателю); Занятия утренней гимнастикой не отменяются.
- ✓ **Время пребывания в детском саду** - уменьшение длительности дневного пребывания на 1 – 1,5 часа

Режим двигательной активности

Виды двигательной активности в режиме дня	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старше-подготовительная группа
Подвижные игры	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-10 мин
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-10 мин
Физкультурные занятия	2 раза в неделю по 10 минут	2 раза в неделю по 15 минут	2 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25-30 минут
Музыкальные занятия	2 раза в неделю по 10 минут	2 раза в неделю по 15 минут	2 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25-30 минут
Двигательные разминки во время перерыва между занятиями	3 мин	3 мин	5 мин	5 мин
Подвижные игры на прогулке	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гимнастика после сна	3 мин	3 мин	5 мин	5 мин
Физкультурный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Музыкальный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Физкультминутки	Ежедневно 3 минуты	Ежедневно 3 минуты	Ежедневно 3 минуты	Ежедневно 3 минуты
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно. Характер и потребность зависит от индивидуальных особенностей.			

Организация занятий 1-й младшей группы

День недели	Наименование НОД	Время
Понедельник	1. Окружающий мир	9.00-9.10
		9.15-9.25
	2. Физкультура	9.25 – 9.35
Вторник	1. Развитие речи	9.00-9.10
		9.15-9.25
	2. Музыка	9.25-9.35
Среда	1. Лепка	9.00-9.10
		9.15-9.25
	2. Физкультура (на улице)	10.15-10.25
Четверг	3. Вечер развлечений	15.45-15.55
	1. Развитие речи	9.00-9.10
		9.15-9.25
Пятница	2. Физкультура	9.25-9.35
	1. Рисование	9.00-9.10
		9.15-9.25
	2. Музыка	9.25-9.35

Режим дня в детском саду во 2-й младшей группе

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>	
Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика	7.00—8.30
Завтрак	8.30—8.45
Самостоятельные игры	8.45—9.00
Образовательная деятельность, занятия (по подгруппам)	9.00—10.00
2 завтрак, подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00—12.00
Обед	12.00—12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30—15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10—15.30
Полдник	15.30—16.00
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	16.00—16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.50—18.20
Игры, уход домой	до 19.00
<i>Теплый период года (июнь—август)</i>	
Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика	7.00—8.30
Завтрак	8.30—9.00
Самостоятельные игры	9.00—10.00
2 завтрак, подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке	10.00—12.30
прогулка, возвращение с прогулки	
Обед	12.30—13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00—15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00—15.30
Полдник	15.30—16.00
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	16.10—16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.50—18.20
Игры, уход домой	до 19.00

Организация занятий 2-й младшей группы

День недели	Наименование НОД	Время
Понедельник	1. Физкультура	9.00-9.15
	2. Окружающий мир	9.25 – 9.40
		9.45-10.00
Вторник	1. Музыка	9.00-9.15
	2. Развитие речи	9.25-9.40
Среда	1. ФЭМП	9.00-9.15
	2. Физкультура на улице	9.20-9.35
	3. Вечер развлечений	10.15-10.30
Четверг	1. Физкультура	16.05-16.20
	2. Лепка	9.00-9.15
Пятница	1. Музыка	9.25-9.40
	2. Рисование	9.00-9.15
		9.30-9.45

Режим дня в детском саду в средней группе

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>	
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	7.00—8.30
Завтрак	8.30—8.50
Самостоятельные игры	8.50—9.00
Образовательная деятельность, занятия	9.00—10.05
2 завтрак, подготовка к прогулке, прогулка	10.05—12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10—12.50
Закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном	12.40—13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00—15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00—15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30—16.00
Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности	16.00—17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10—18.20
Уход домой	до 19.00
<i>Теплый период года (июнь—август)</i>	
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	7.00—8.20
Завтрак	8.20—8.50
Самостоятельные игры	8.50—9.50
2 завтрак, подготовка к прогулке, прогулка	9.50—12.10
Образовательная деятельность на прогулке	12.10—12.50
Подготовка к обеду, обед	12.10—12.50
Закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном	12.40—13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00—15.00

Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00—15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30—16.00
Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности	16.00—17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10—18.20
Уход домой	до 19.00

Организация занятий средней группы

День недели	Наименование НОД	Время
Понедельник	1. Окружающий мир	9.00-9.20
	2. Физкультура	9.20-9.40 9.45-10.05
Вторник	1. Развитие речи	9.00-9.20
	2. Музыка	9.20-9.40 9.45-10.05
Среда	1. ФЭМП	9.00-9.20
	2. Физкультура (на улице)	9.20-9.40
	3. Вечер развлечений	16.30-16.50
Четверг	1. Лепка (аппликация)	9.00-9.20 9.20-9.40
	2. Физкультура	9.45-10.05
Пятница	1. Рисование	9.00-9.20 9.20-9.40
	2. Музыка	9.45-10.05

Режим дня в детском саду в старшей-подготовительной группе

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>	
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	7.00—8.20
Завтрак	8.20—8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50—9.00
Образовательная деятельность, занятия (по подгруппам)	9.00—10.45
2 завтрак	10.00—10.10
подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.45-12.20
Самостоятельная деятельность по выбору и интересам	12.20—12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40—13.10
Релаксирующая гимнастика перед сном	13.10—13.15
Подготовка ко сну, сон	13.15—15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00—15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30—15.55
Игры, досуги, кружки, занятия, самостоятельная деятельность по интересам, общение	15.55—16.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.55—18.20
Уход домой	до 19.00
<i>Теплый период года (июнь—август)</i>	
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика,	7.00—8.20

индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	
Завтрак	8.20—8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50—9.30
2 завтрак, подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке	9.30—12.20
прогулка, возвращение с прогулки	
Самостоятельная деятельность по выбору и интересам	12.20—12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40—13.10
Релаксирующая гимнастика перед сном	13.10—13.15
Подготовка ко сну, сон	13.15—15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00—15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15—15.30
Игры, досуги, кружки, занятия, самостоятельная деятельность по интересам, общение	15.30—16.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.55—18.20
Уход домой	до 19.00

Организация НОД старше-подготовительной группы

День недели	Наименование НОД	Время
Понедельник	1. Окружающий мир	9.00-9.25
		9.25-9.55
	2. Физкультура	10.15-10.45
	3. Конструирование	15.30-15.55 16.00-16.30
Вторник	1. Развитие речи	9.00-9.25
		9.25-9.55
	2. Музыка	10.15-10.45
	3. Аппликация	15.30-15.55 16.00-16.30
Среда	1. ФЭМП	9.00-9.25
		9.25-9.55
	2. Физкультура (на улице)	10.15-10.45
	3. Вечер развлечений	17.00-17.30
Четверг	1. Развитие речи	9.00-9.25
		9.25-9.55
	2. Физкультура	10.15-10.45
	3. Лепка	15.30-15.55 16.00-16.30
Пятница	1. Рисование	9.00-9.25
		9.25-9.55
	2. Музыка	10.15-10.45

