

**ПРИНЯТ:**

Педагогическим советом  
ГБДОУ детский сад №84  
Калининского района  
Протокол №1  
«29»августа 2019 год

**СОГЛАСОВАН:**

Советом родителей  
ГБДОУ детский сад №84  
Калининского района  
Протокол №1  
«30» августа 2019 год

**УТВЕРЖДЕН:**

Приказом №42 -0 от 02 сентября 2019г  
Заведующего ГБДОУ детский сад №84  
Калининского района Санкт-Петербурга  
В. Барабанова

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2019-2020 УЧЕБНОГО ГОДА**

РЕЖИМ ДНЯ	Группа раннего возраста с 1,5 до 2 лет гр.№11 Теремок	Первая младшая группа с 2 до 3 лет гр.№9 Цыплята	Вторая младшая группа с 3 до 4 лет Родничок (10) Сказочная страна (3)	Средняя группа с 4 до 5 лет Почемучки (6) Радуга (4)	Старшая группа с 5 до 6 лет Яблонька (1) Смешарики(2)	Подготовительная группа с 6 до 7 лет, Непоседы(8) Пчелки (5) Солнышко(7)
Приём детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.20-8.50	8.20-9.00	8.25-8.55	8.30-8.55	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность, игры	8.30-9.20	8.50-9.00	9.15-9.25	8.55-9.10	8.55-9.05	8.50-9.00
	16.00-16.10	16.10-16.20	15.50-16.20	15.50-16.15	15.40-16.20	15.40-16.20
Непрерывная образовательная деятельность (ранний возраст по подгруппам)	08.50-08.58	08.50-08.58	09.00-09.15	09.00-09.20	09.00-09.25	9.00-09.30
	08.58-09.06	08.58-09.06	09.25-09.40	09.30-09.50	09.35-10.00	09.40-10.10
	16.00-16.08	16.00-16.08				
	16.08-16.16	16.08-16.16				
2-ой завтрак.	9.20-9.35	9.30-9.45	10.00-10.10	10.00-10.10	10.05-10.15	10.10-10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.	9.35-11.35	9.45-11.45	10.10-12.20	10.10-12.30	10.40-12.35	10.50-12.40
Подготовка к обеду. Обед.	11.35-12.10	11.45-12.20	12.20-12.50	12.30-13.00	12.35-13.10	12.40-13.15
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.10-15.10	12.20-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15-15.00
Постепенный подъём, воздушные процедуры, игры.	15.10-15.30	15.00-15.40	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-16.00	15.40-16.10	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.40	15.25-15.40
Чтение художественной литературы	-	-	16.20-16.35	16.15-16.30	16.20-16.40	16.20-16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка.	16.40-18.40	16.50-18.50	16.35-18.35	16.30-18.30	16.40-18.40	16.40-18.40
Возвращение с прогулки. Игры, самостоятельная деятельность. Уход домой.	18.40-19.00	18.50-19.00	18.35-19.00	18.30-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00

### ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ДОЖДЛИВУЮ ПОГОДУ 2019-2020 ГОД

РЕЖИМ ДНЯ	Группа раннего возраста с 1,5 до 2 лет гр.№11 Теремок	Первая младшая группа с 2 до 3 лет гр.№9 Цыплята	Вторая младшая группа С 3 до 4 лет Родничок (10) Сказочная страна (3)	Средняя группа с 4 до 5 лет Почемучки (6) Радуга (4)	Старшая группа с 5 до 6 лет Яблонька (1) Смешарики(2)	Подготовительная группа с 6 до 7 лет, Непоседы(8) Пчелки (5) Солнышко(7)
Приём детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.20-8.50	8.20-9.00	8.25-8.55	8.30-8.55	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность, игры	8.30-9.20 16.00-16.10	8.50-9.00 16.10-16.20	9.15-9.25 15.50-16.20	8.55-9.10 15.50-16.15	8.55-9.05 15.40-16.20	8.50-9.00 15.40-16.20
Непрерывная образовательная деятельность (ранний возраст по подгруппам)	08.50-08.58 08.58-09.06 16.00-16.08 16.08-16.16	08.50-08.58 08.58-09.06 16.00-16.08 16.08-16.16	09.00-09.15 09.25-09.40	09.00-09.20 09.30-09.50	09.00-09.25 09.35-10.00	9.00-09.30 09.40-10.10
2-ой завтрак.	9.20-9.35	9.30-9.45	10.00-10.10	10.00-10.10	10.05-10.15	10.10-10.20
Вместо прогулки: наблюдение, труд, подвижные игры, индивид работа	9.35-11.35	9.45-11.45	10.10-12.20	10.10-12.30	10.40-12.35	10.50-12.40
Подготовка к обеду. Обед.	11.35-12.10	11.45-12.20	12.20-12.50	12.30-13.00	12.35-13.10	12.40-13.15
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.10-15.10	12.20-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15-15.00
Постепенный подъём, воздушные процедуры, игры.	15.10-15.30	15.00-15.40	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-16.00	15.40-16.10	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.40	15.25-15.40
Чтение художественной литературы	-	-	16.20-16.35	16.15-16.30	16.20-16.40	16.20-16.40
Вместо прогулки: Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа. Уход домой	16.40-19.00	16.50-19.00	16.35-19.00	16.30-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00

## **Адаптационный режим для детей дошкольного возраста**

1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе: тепла, доброты, внимания.
2. Формирование чувства уверенности в окружающем:
  - Знакомство с окружающим (группой, персоналом, детьми)
  - Установление доверительных отношений между воспитателем и детьми.
3. Обучение навыкам общения со сверстниками.
4. Постепенное привлечение ко всем видам деятельности, режимным моментам с учетом реакции ребенка.

## **Щадящий режим для детей дошкольного возраста**

1. Создание благоприятного эмоционально- психологического микроклимата:
  - Доброжелательная форма общения детей и взрослых, исключая возможность возникновения конфликтных ситуаций;
  - Создание условий для уединения ребенка с любимой игрушкой, книжкой и т.д.
2. Увеличение продолжительности дневного сна:
  - Укладывание таких детей первыми;
  - Подъем последними
3. Создание спокойной обстановки перед укладыванием и во время сна.
4. Для этих детей нужно строго соблюдать общий режим со своевременной сменой различных видов деятельности и чередованием их с отдыхом, с использованием спокойных и подвижных игр в течение дня.