

ГБДОУ детский сад №16 Красногвардейского района СПб
РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД
для детей подготовительной группы №4 «Фантазеры»

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
 Образовательного учреждения
 протокол № 1 от 31.08.2026

СОГЛАСОВАН

Врач Н.В.Деткова

УТВЕРЖДЁН

Заведующий

Е. С. Микушева

Приказ № 131 от 31.08.2026

Содержание работы с детьми	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренний прием детей, термометрия, осмотр, вопросы о самочувствии, формирование навыков здоровьесбережения, индивидуальные беседы, игры по выбору воспитанников, самостоятельная деятельность	07.00-08.00 08.10-08.30	07.00-08.00 08.10-08.30	07.00-08.00 08.10-08.30	07.00-08.00 08.10-08.30	07.00-08.00 08.10-08.30
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50	08.30-08.50	08.30-08.50	08.30-08.50	08.30-08.50
Совместная и самостоятельная деятельность: организация различных видов игр и дидактических упражнений, индивидуальная работа, подготовка к занятию.	08.50-09.00 10.20-10.35	08.50-09.00 10.20-10.50	08.50-09.00 10.20-10.30	08.50-09.00 10.20-10.35	08.50-09.00 09.30-10.00
Занятия (Общая длительность, включая гимнастику впроцессезанятия-2минуты и перерывы между занятиями-не менее 10 минут)	09.00-10.10 10.35-11.05	09.00-10.10 11.50-12.20 (улица)	09.00-10.10 10.30.-11.00	09.00-10.10 10.35-11.05	09.00-09.30 10.00-10.30
2-й завтрак	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.30-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, включающая пять элементов. Возвращение с прогулки	11.05-12.25	10.50-12.25	11.00-12.25	11.05-12.25	10.50-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25-12.55	12.25-12.55	12.25-12.55	12.25-12.55	12.25-12.55
Подготовка ко сну, сон.	12.55-15.25	12.55-15.25	12.55-15.25	12.55-15.25	12.55-15.25
Постепенный подъем детей после сна. Бодрящая гимнастика	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Коррекционный час	16.40-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00
Организация различных видов игр и дидактических упражнений; культурно-досуговая деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа.	16.00-17.15	16.00-17.15	16.00-17.15	16.00-17.15	16.00-17.15
Подготовка к прогулке, прогулка, включающая пять элементов. Уход детей домой.	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00

При t воздуха ниже -15 С и скорости ветра более 7м/м продолжительность прогулки сокращается.