

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 250 общеразвивающего вида
Центрального района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТЫ
решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 250
Протокол от 30.08.2022г. № 9

УТВЕРЖДЕНЫ
приказом от 01.09.2022г. № 107
Заведующий ГБДОУ детским садом № 250
Центрального района СПб

(Т.В.Павлова)

Режимы дня возрастных групп

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 250 общеразвивающего вида
Центрального района Санкт-Петербурга

2022-2023 учебный год

Пояснительная записка

Режимы пребывания воспитанников в Государственном бюджетном дошкольном образовательном учреждении детский сад № 250 общеразвивающего вида Центрального района Санкт-Петербурга (далее – ГБДОУ) организованы в соответствии с

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28;
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2. 3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2;
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020г. № 32.

ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА

РЕЖИМ ДНЯ группы раннего возраста «Солнышко» (от 1 до 2 лет) общеразвивающей направленности

7.00-8.20	Прием детей, утренний фильтр, утренняя зарядка, самостоятельная деятельность
8.20-8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40-8.55	Самостоятельная деятельность, игры
8.55-9.45	Занятия /по подгруппам/ (2 вида занятий по 8 мин.)
9.45-9.55	Второй завтрак
9.55-10.10	Самостоятельная деятельность, игры
10.10-11.20	Подготовка к прогулке, прогулка
11.20-11.30	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность
11.30-12.00	Подготовка к обеду, обед
12.00-15.00	Дневной сон
15.00-15.20	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры
15.20-15.40	Полдник
15.40-16.30	Совместная деятельность, чтение художественной литературы, игры, досуги
16.30-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка
18.30-19.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.

Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке

В соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28; Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2. 3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2, Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020г. № 32:

Требования СанПиН		Фактически
Продолжительность занятия	не более 8 мин.	8 мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	не более 16 мин.	16 мин.
Продолжительность дневного сна	не менее 3 часов	3 часа
Продолжительность прогулок	не менее 3 часов	3 часа 10 мин.

ПЕРВАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА

РЕЖИМ ДНЯ первой младшей группы «Неваляшки» (от 2 до 3 лет) общеразвивающей направленности

7.00-8.25	Прием детей, утренний фильтр, утренняя зарядка, самостоятельная деятельность
8.25-8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45-8.55	Самостоятельная деятельность, игры
8.55-9.40	Занятия /по подгруппам/ (2 вида занятий по 10 мин.)
9.40-9.50	Второй завтрак
9.50-10.15	Самостоятельная деятельность, игры
10.15-11.25	Подготовка к прогулке, прогулка
11.25-11.35	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность
11.35-12.05	Подготовка к обеду, обед
12.05-15.05	Дневной сон
15.05-15.25	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры
15.25-15.45	Полдник
15.45-16.25	Совместная деятельность, чтение художественной литературы, игры, досуги
16.25-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка
18.30-19.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.

Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке

В соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28; Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2. 3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2, Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020г. № 32:

Требования СанПиН		Фактически
Продолжительность занятия	не более 10 мин.	10 мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	не более 20 мин.	20 мин.
Продолжительность дневного сна	не менее 3 часов	3 часа
Продолжительность прогулок	не менее 3 часов	3 часа 15 мин.

ПЕРВАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА

РЕЖИМ ДНЯ первой младшей группы «Радуга» (от 2 до 3 лет) общеразвивающей направленности

7.00-8.30	Прием детей, утренний фильтр, утренняя зарядка, самостоятельная деятельность
8.30-8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50-8.55	Самостоятельная деятельность, игры
8.55-9.40	Занятия /по подгруппам/ (2 вида занятий по 10 мин.)
9.40-9.50	Второй завтрак
9.50-10.20	Самостоятельная деятельность, игры
10.20-11.30	Подготовка к прогулке, прогулка
11.30-11.40	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность
11.40-12.10	Подготовка к обеду, обед
12.10-15.10	Дневной сон
15.10-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.25	Совместная деятельность, чтение художественной литературы, игры, досуги
16.25-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка
18.30-19.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.

Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке

В соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28; Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2. 3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2, Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020г. № 32:

Требования СанПиН		Фактически
Продолжительность занятия	не более 10 мин.	10 мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	не более 20 мин.	20 мин.
Продолжительность дневного сна	не менее 3 часов	3 часа
Продолжительность прогулок	не менее 3 часов	3 часа 15 мин.

РЕЖИМ ДНЯ младшей группы «Сказка» (от 3 до 4 лет)
общеразвивающей направленности

7.00-8.20	Прием детей, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя зарядка
8.20-8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40-9.00	Совместная деятельность, чтение художественной литературы, игры
9.00-9.15	Занятия
9.15-9.25	Самостоятельная деятельность, игры
9.25-9.40	Второй завтрак
9.40-9.55	Занятия
9.55-10.20	Совместная деятельность, чтение художественной литературы, игры
10.20-11.35	Подготовка к прогулке, прогулка
11.35-11.50	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность
11.50-12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20-15.20	Дневной сон
15.20-15.40	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, бодрящая гимнастика
15.40-16.00	Полдник
16.00-16.30	Совместная деятельность, чтение художественной литературы, игры, досуги
16.30-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка
18.30-19.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.

Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке

В соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28; Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2. 3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2, Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020г. № 32:

Требования СанПиН		Фактически
Продолжительность занятия	не более 15 мин.	15 мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	не более 30 мин.	30 мин.
Продолжительность дневного сна	не менее 3 часов	3 часа
Продолжительность прогулок	не менее 3 часов	3 часа 15 мин.

РЕЖИМ ДНЯ средней группы «Гномики» (от 4 до 5 лет)
общеразвивающей направленности

7.00-8.25	Прием детей, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя зарядка
8.25-8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45-9.00	Самостоятельная деятельность, игры
9.00-9.50	Занятия (2 вида занятий по 20 мин.)
9.50-10.00	Самостоятельная деятельность, игры
10.00-10.10	Второй завтрак
10.10-10.30	Совместная деятельность, чтение художественной литературы, игры
10.30-11.45	Подготовка к прогулке, прогулка
11.45-12.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность
12.00-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.20	Дневной сон
15.20-15.40	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, бодрящая гимнастика
15.40-16.00	Полдник
16.00-16.30	Совместная деятельность, чтение художественной литературы, игры, досуги
16.30-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка
18.30-19.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.

Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке

В соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28; Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2. 3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2, Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020г. № 32:

Требования СанПиН		Фактически
Продолжительность занятия	не более 20 мин.	20 мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	не более 40 мин.	40 мин.
Продолжительность дневного сна	не менее 2,5 часов	2 часа 50 мин.
Продолжительность прогулок	не менее 3 часов	3 часа 15 мин.

РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА

РЕЖИМ ДНЯ старше-подготовительной группы «Мозаика» (от 5 до 7 лет) общеразвивающей направленности

7.00-8.30	Прием детей, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя зарядка
8.30-8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45-9.00	Самостоятельная деятельность, игры
9.00-9.30	Занятия по возрастам 25-30 мин.
9.30-9.40	Второй завтрак (чт. 10.10-10.20)
9.40-10.00	Совместная деятельность, чтение художественной литературы, игры
10.00-10.30	Занятия по возрастам 25-30 мин.
10.30-11.50	Подготовка к прогулке, прогулка
11.50-12.10	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность
12.10-12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40-15.20	Дневной сон
15.20-15.40	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, бодрящая гимнастика
15.40-16.00	Полдник
16.00-16.30	Занятия по возрастам 25-30 мин.
16.30-16.50	Самостоятельная деятельность, игры
16.50-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.

Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке

В соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28; Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2. 3685-21

«Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2, Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020г. № 32:

Требования СанПиН		Фактически
Продолжительность занятия	от 5 до 6 лет - не более 25 мин. от 6 до 7 лет – не более 30 мин.	25 мин. 30 мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	от 5 до 6 лет - не более 50 мин. или 75 мин. при организации 1 занятия после дневного сна	50 мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки при организации 1 занятия после дневного сна	от 5 до 6 лет – не более 75 мин.	75 мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	от 6 до 7 лет не более 90 мин.	90 мин.
Продолжительность дневного сна	не менее 2,5 часов	2 часа 40 мин.
Продолжительность прогулок	не менее 3 часов	3 часа 30 мин.

