



**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
АДМИНИСТРАЦИЯ ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 250 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО

Решением Общего собрания
ГБДОУ детский сад № 250
Центрального района СПб

Протокол от 30.08.2023 № 14

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 250
Центрального района СПб
_____ Павлова Т.В.

Приказ от 30.08.2023 № 90-о

Режимы дня возрастных групп

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

2023-2024 учебный год

Санкт-Петербург
2023 г.

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 «Радуга» (1 - 2 года)
Общеразвивающей направленности
(основной период)**

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, утренний фильтр. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми.	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	07.55 – 08.05
Гигиенические процедуры	8.05 - 8.20
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.20 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность	08.50 – 09.00
Организация и проведение занятий в игровой форме	09.00 – 09.45
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	09.20 – 9.30 (пон, вт, чт, пт) 09.35 – 09.45 (ср.)
Подготовка к прогулке. Прогулка.	09.45 – 11.00*
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.00 - 11.30
Подготовка к обеду. Обед	11.30 – 12.00
Подготовка ко сну. Чтение перед сном. Дневной сон	12.00 – 15.15
Постепенный подъем, профилактические воздушные процедуры, бодрящая гимнастика	15.15 – 15.45
Подготовка к полднику. Полдник	15.45 – 16.15
Организация и проведение занятий в игровой форме	16.15 - 16.45
Самостоятельная игровая деятельность детей, досуги	16.45 – 17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка Самостоятельная и совместная деятельность	17.00 – 18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18.45 – 19.00
Дома	
Прогулка, игры, возвращение домой, ужин	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.45
Ночной сон	20.45 – 6.00 (7.30)

***занятие в игровой форме занимает не более 8 минут**

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», утвержденными 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.

РЕЖИМ ДНЯ
Первая младшая группа «Неваляшки» (2 - 3 года)
Общеразвивающей направленности
(основной период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, утренний фильтр. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми.	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	07.55 – 08.05
Гигиенические процедуры	8.05 - 8.20
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.20 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность	08.50 – 09.00
Организация и проведение занятий в игровой форме	09.00 – 09.35
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	09.35 – 09.45
Подготовка к прогулке. Прогулка.	09.45 – 11.00*
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.00 - 11.30
Подготовка к обеду. Обед	11.30 – 12.00
Подготовка ко сну. Чтение перед сном. Дневной сон	12.00 – 15.15
Постепенный подъем, профилактические воздушные процедуры, бодрящая гимнастика	15.15 – 15.45
Подготовка к полднику. Полдник	15.45 – 16.15
Организация и проведение занятий в игровой форме	16.15 - 16.45
Самостоятельная игровая деятельность детей, досуги	16.45 – 17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка Самостоятельная и совместная деятельность	17.00 – 18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18.45 – 19.00
Дома	

Прогулка, игры, возвращение домой, ужин	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.45
Ночной сон	20.45 – 6.00 (7.30)

***занятие в игровой форме занимает не более 10 минут**

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», утвержденными 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

Первая младшая группа «Солнышко» (2 - 3 года)

Общеразвивающей направленности

(основной период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
В дошкольном учреждении	Время проведения
Прием детей, утренний фильтр. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми.	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	07.55 – 08.05
Гигиенические процедуры	8.05 - 8.20
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.20 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность	08.50 – 09.00
Организация и проведение занятий в игровой форме	09.00 – 09.35
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	09.35 – 09.45
Подготовка к прогулке. Прогулка.	09.45 – 11.00*
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.00 - 11.30
Подготовка к обеду. Обед	11.30 – 12.00
Подготовка ко сну. Чтение перед сном. Дневной сон	12.00 – 15.15
Постепенный подъем, профилактические воздушные процедуры, бодрящая гимнастика	15.15 – 15.45

Подготовка к полднику. Полдник	15.45 – 16.15
Организация и проведение занятий в игровой форме	16.15 - 16.45
Самостоятельная игровая деятельность детей, досуги	16.45 – 17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка Самостоятельная и совместная деятельность	17.00 – 18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18.45 – 19.00
Дома	
Прогулка, игры, возвращение домой, ужин	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.45
Ночной сон	20.45 – 6.00 (7.30)

***занятие в игровой форме занимает не более 10 минут**

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

Вторая младшая группа «Мозаика» (3 - 4 года)

Общеразвивающей направленности (основной период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, утренний фильтр. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми.	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	07.55 – 08.05
Гигиенические процедуры	8.00 - 8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.25 – 9.00
Организация и проведение занятий	09.00 – 09.55

Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	09.20 – 09.35
Совместная и самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры	9.55 – 10.15
Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения, подвижные игры. Экспериментирование. Самостоятельная и совместная деятельность.	10.15 – 11.45
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.45 – 12.00
Подготовка к обеду. Обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну. Чтение перед сном. Дневной сон	12.30 – 15.15
Постепенный подъем, профилактические воздушные процедуры, бодрящая гимнастика	15.15 – 15.35
Подготовка к полднику. Полдник	15.35 – 16.05
Совместная и самостоятельная игровая деятельность детей, досуги, чтение художественной литературы	16.05 - 16.45
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.45 – 18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18.45 – 19.00
Дома	
Прогулка, игры, возвращение домой, ужин	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.45
Ночной сон	20.45 – 6.00 (7.30)

***занятие занимает не более 15 минут**

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
Средняя группа «Сказка» (4 - 5 лет)
Общеразвивающей направленности
(основной период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, утренний фильтр. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми.	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	07.55 – 08.05
Гигиенические процедуры	8.00 - 8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.25 – 9.00
Организация и проведение занятий	09.00 – 09.50
Совместная и самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры	9.50 – 10.05
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10.05 – 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения, подвижные игры. Экспериментирование. Самостоятельная и совместная деятельность.	10.20 – 11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.50 – 12.10
Подготовка к обеду. Обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну. Чтение перед сном. Дневной сон	12.40 – 15.15
Постепенный подъем, профилактические воздушные процедуры, бодрящая гимнастика	15.15 – 15.35
Подготовка к полднику. Полдник	15.35 – 16.05
Совместная и самостоятельная игровая деятельность детей, досуги, чтение художественной литературы	16.05 - 16.45
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.45 – 18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18.45 – 19.00
Дома	
Прогулка, игры, возвращение домой, ужин	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.45
Ночной сон	20.45 – 6.00 (7.30)

*занятие занимает не более 20 минут

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.

РЕЖИМ ДНЯ
старше-подготовительная группа «Гномики» (5 - 7 лет)
Общеразвивающей направленности
(основной период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
В дошкольном учреждении	Время проведения
Прием детей, утренний фильтр. Самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми.	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	07.55 – 08.05
Гигиенические процедуры	8.00 - 8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.25 – 9.00
Организация и проведение занятий	09.00 – 10.30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	09.30 – 09.40 <i>(ит. 10.10-10.20)</i>
Совместная и самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры	9.40 – 10.00 10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения, подвижные игры. Экспериментирование. Самостоятельная и совместная деятельность.	10.40 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10 – 12.30
Подготовка к обеду. Обед	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну. Чтение перед сном. Дневной сон	13.00 – 15.15
Постепенный подъем, профилактические воздушные процедуры, бодрящая гимнастика	15.15 – 15.35
Подготовка к полднику. Полдник	15.35 – 16.00
Организация и проведение занятий	16.00 – 16.30

Совместная и самостоятельная игровая деятельность детей, досуги, чтение художественной литературы	16.30 - 16.50
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.50 – 18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18.45 – 19.00
Дома	
Прогулка, игры, возвращение домой, ужин	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.45
Ночной сон	20.45 – 6.00 (7.30)

***занятие занимает не более 15 минут**

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.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 250 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Павлова Татьяна Васильевна, Заведующий

30.08.23 15:47 (MSK)

Сертификат A2969E5CD4C99271C1FD3E96CF58D15F