


ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
 Протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  К.В. Романова
 Приказ от 31.08.2023 № 29

СОГЛАСОВАНО

ДПО № 13 СПб ГБУЗ
 «Детская городская поликлиника № 73»,
 Врач  Г.В. Гушина



**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2023–2024 УЧЕБНОГО ГОДА
 (МЛАДШАЯ ГРУППА)**

№	Режимные моменты	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Приём детей, СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	07.00–08.00	07.00–08.00	07.00–08.00	07.00–08.00	07.00–08.00
2	Утренняя гимнастика	08.00–08.10	08.00–08.10	08.00–08.10	08.00–08.10	08.00–08.10
3	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08.10–08.40	08.10–08.40	08.10–08.40	08.10–08.40	08.10–08.40
4	Самостоятельная деятельность детей, утренний круг	08.40–09.10	08.40–09.10	08.40–09.10	08.40–09.10	08.40–09.10
5	Занятия (общая длительность, включая перерывы)	09.10–09.25	09.10–09.50	09.10–09.50	09.10–09.50	09.10–09.50
6	СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	09.25–09.50	--	--	--	--
7	II завтрак	09.50–10.00	09.50–10.00	09.50–10.00	09.50–10.00	09.50–10.00
8	Подготовка к прогулке, прогулка	10.00–11.40	10.00–11.40	10.00–11.40	10.00–11.40	10.00–11.40
9	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.40–12.00	11.40–12.00	11.40–12.00	11.40–12.00	11.40–12.00
10	Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30
11	Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00
12	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20
13	СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	15.20–15.35	15.20–15.35	15.20–15.35	15.20–15.35	15.20–15.35
14	Подготовка к полднику. Полдник	15.35–15.55	15.35–15.55	15.35–15.55	15.35–15.55	15.35–15.55
15	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	15.55–16.30	15.55–16.30	15.55–16.30	15.55–16.30	15.55–16.30
16	Подготовка к прогулке. Прогулка	16.30–17.50	16.30–17.50	16.30–17.50	16.30–17.50	16.30–17.50
17	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	17.50–18.00	17.50–18.00	17.50–18.00	17.50–18.00	17.50–18.00
18	Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.00–19.00	18.00–19.00	18.00–19.00	18.00–19.00	18.00–19.00

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
 Протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  К.В. Романова
 Приказ от 31.08.2023 № 29

СОГЛАСОВАНО

ДПО № 13 СПб ГБУЗ

«Детская городская поликлиника № 73»,

Врач  Г.В. Гушина



**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2023–2024 УЧЕБНОГО ГОДА
 (СРЕДНЯЯ ГРУППА)**

№	Режимные моменты	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Приём детей, СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	07.00–08.00	07.00–08.00	07.00–08.00	07.00–08.00	07.00–08.00
2	Утренняя гимнастика	08.00–08.10	08.00–08.10	08.00–08.10	08.00–08.10	08.00–08.10
3	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08.10–08.40	08.10–08.40	08.10–08.40	08.10–08.40	08.10–08.40
4	Самостоятельная деятельность детей, утренний круг	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00
5	Занятия (общая длительность, включая перерывы)	09.00–09.20	09.00–09.50	09.00–09.50	09.00–09.50	09.00–09.50
6	СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	09.20–09.50	–	–	–	–
7	II завтрак	09.50–10.00	09.50–10.00	09.50–10.00	09.50–10.00	09.50–10.00
8	Подготовка к прогулке, прогулка	10.00–11.40	10.00–11.40	10.00–11.40	10.00–11.40	10.00–11.40
9	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.40–12.00	11.40–12.00	11.40–12.00	11.40–12.00	11.40–12.00
10	Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30
11	Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00
12	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20
13	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей	15.20–15.40	15.20–15.40	15.20–15.40	15.20–15.40	15.20–15.40
14	Подготовка к полднику. Полдник	15.40–16.00	15.40–16.00	15.40–16.00	15.40–16.00	15.40–16.00
15	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.00–16.30	16.00–16.30	16.00–16.30	16.00–16.30	16.00–16.30
16	Подготовка к прогулке. Прогулка	16.30–17.50	16.30–17.50	16.30–17.50	16.30–17.50	16.30–17.50
17	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	17.50–18.00	17.50–18.00	17.50–18.00	17.50–18.00	17.50–18.00
18	Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.00–19.00	18.00–19.00	18.00–19.00	18.00–19.00	18.00–19.00

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
Протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  К.В. Романова
Приказ от 31.08.2023 № 29

СОГЛАСОВАНО

ДПО № 13 СИОТББУЗ
«Детская городская поликлиника № 73»,
Врач  И.В. Гушина



**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2023–2024 УЧЕБНОГО ГОДА
(СРЕДНЯЯ ГРУППА) НА СЛУЧАЙ НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ ПОГОДЫ**

№	Режимные моменты	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Приём детей, СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	07.00–08.00	07.00–08.00	07.00–08.00	07.00–08.00	07.00–08.00
2	Утренняя гимнастика	08.00–08.10	08.00–08.10	08.00–08.10	08.00–08.10	08.00–08.10
3	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08.10–08.40	08.10–08.40	08.10–08.40	08.10–08.40	08.10–08.40
4	Самостоятельная деятельность детей, утренний круг	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00
5	Занятия (общая длительность, включая перерывы)	09.00–09.50	09.00–09.50	09.00–09.50	09.00–09.50	09.00–09.50
6	II завтрак	09.50–10.00	09.50–10.00	09.50–10.00	09.50–10.00	09.50–10.00
7	СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	10.00–12.00	10.00–12.00	10.00–12.00	10.00–12.00	10.00–12.00
8	Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30
9	Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00
10	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20
11	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей	15.20–15.40	15.20–15.40	15.20–15.40	15.20–15.40	15.20–15.40
12	Подготовка к полднику. Полдник	15.40–16.00	15.40–16.00	15.40–16.00	15.40–16.00	15.40–16.00
13	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.00–19.00	16.00–19.00	16.00–19.00	16.00–19.00	16.00–19.00
14	Уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00


ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
Протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  К.В. Романова
Приказ от 31.08.2023 № 29

СОГЛАСОВАНО

ДПО № 13 СПб ГБУЗ
«Детская городская поликлиника № 73»,
Врач  Г.В. Гущина

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2023–2024 УЧЕБНОГО ГОДА
(СТАРШАЯ ГРУППА)**

№	Режимные моменты	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Приём детей, СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10
2	Утренняя гимнастика	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20
3	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40
4	Самостоятельная деятельность детей, утренний круг	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00
5	Занятия (общая длительность, включая перерывы)	09.00–10.00	09.00–10.00	09.00–10.00	09.00–10.00	09.00–10.00
6	II завтрак	10.00–10.10	10.00–10.10	10.00–10.10	10.00–10.10	10.00–10.10
7	Занятия	–	10.10–10.35	10.10–10.35	10.10–10.35	10.10–10.35
8	Подготовка к прогулке, прогулка	10.10–11.50	10.35–11.50	10.35–11.50	10.35–11.50	10.35–11.50
9	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.50–12.00	11.50–12.00	11.50–12.00	11.50–12.00	11.50–12.00
10	Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30
11	Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00
12	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20
13	СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	15.20–15.45	15.20–15.45	15.20–15.45	15.20–15.45	15.20–15.45
14	Подготовка к полднику. Полдник	15.45–16.05	15.45–16.05	15.45–16.05	15.45–16.05	15.45–16.05
15	Занятия, досуговые мероприятия, вечерний круг (общая длительность, включая перерывы)	16.05–16.40	16.05–16.40	16.05–16.40	16.05–16.40	16.05–16.40
16	Подготовка к прогулке. Прогулка	16.40–18.00	16.40–18.25	16.40–18.25	16.40–18.25	16.40–18.25
17	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18.00–18.10	18.25–18.35	18.25–18.35	18.25–18.35	18.25–18.35
18	Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.10–19.00	18.35–19.00	18.35–19.00	18.35–19.00	18.35–19.00


ПРИНЯТО

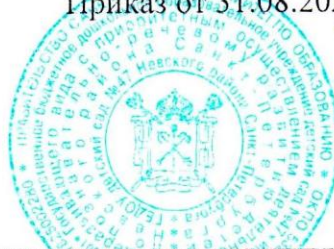
на заседании Педагогического совета
 Протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  К.В. Романова
 Приказ от 31.08.2023 № 29

СОГЛАСОВАНО

ДПО № 13 СПб ГБУЗ
 «Детская городская поликлиника № 73»,
 Врач  Г.В. Гущина



**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2023–2024 УЧЕБНОГО ГОДА
 (СТАРШАЯ ГРУППА) НА СЛУЧАЙ НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ ПОГОДЫ**

№	Режимные моменты	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Приём детей, СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10
2	Утренняя гимнастика	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20
3	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40
4	Самостоятельная деятельность детей, утренний круг	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00
5	Занятия (общая длительность, включая перерывы)	09.00–10.00	09.00–10.00	09.00–10.00	09.00–10.00	09.00–10.00
6	II завтрак	10.00–10.10	10.00–10.10	10.00–10.10	10.00–10.10	10.00–10.10
7	Занятия	10.10–10.35	10.10–10.35	10.10–10.35	10.10–10.35	10.10–10.35
8	СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	10.35–12.00	10.35–12.00	10.35–12.00	10.35–12.00	10.35–12.00
9	Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30
10	Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00
11	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20
12	СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	15.20–15.45	15.20–15.45	15.20–15.45	15.20–15.45	15.20–15.45
13	Подготовка к полднику. Полдник	15.45–16.05	15.45–16.05	15.45–16.05	15.45–16.05	15.45–16.05
14	Занятия, досуговые мероприятия	16.05–16.30	16.05–16.30	16.05–16.30	16.05–16.30	16.05–16.30
15	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.30–19.00	16.30–19.00	16.05–19.00	16.05–19.00	16.05–19.00
16	Уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
 Протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий *Романова* К.В. Романова
 Приказ от 31.08.2023 № 29

СОГЛАСОВАНО

ДПО № 13 СПб ГБУЗ
 «Детская городская поликлиника № 73»,
 Врач *Гушина* Г.В. Гушина



**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2023–2024 УЧЕБНОГО ГОДА
 (ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА)**

№	Режимные моменты	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Приём детей, СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10
2	Утренняя гимнастика	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20
3	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40
4	Самостоятельная деятельность детей, утренний круг	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00
5	Занятия (общая длительность, включая перерывы)	09.00–10.10	09.00–10.10	09.00–10.10	09.00–10.10	09.00–10.10
6	II завтрак	10.10–10.20	10.10–10.20	10.10–10.20	10.10–10.20	10.10–10.20
7	Подготовка к прогулке, прогулка	10.20–11.50	10.20–11.20	10.20–11.20	10.20–11.20	10.20–11.20
8	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.50–12.00	11.20–11.30	11.20–11.30	11.20–11.30	11.20–11.30
9	Занятия	–	11.30–12.00	11.30–12.00	11.30–12.00	11.30–12.00
10	Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30
11	Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00
12	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20
13	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей	15.20–15.50	15.20–15.50	15.20–15.50	15.20–15.50	15.20–15.50
14	Подготовка к полднику. Полдник	15.50–16.10	15.50–16.10	15.50–16.10	15.50–16.10	15.50–16.10
15	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.10–16.40	16.10–16.40	16.10–16.40	16.10–16.40	16.10–16.40
16	Подготовка к прогулке. Прогулка	16.40–18.10	16.40–18.40	16.40–18.40	16.40–18.40	16.40–18.40
17	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18.10–18.20	18.40–18.50	18.40–18.50	18.40–18.50	18.40–18.50
18.	Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.20–19.00	18.50–19.00	18.50–19.00	18.50–19.00	18.50–19.00

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
 Протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  К.В. Романова
 Приказ от 31.08.2023 № 29

СОГЛАСОВАНО

ДПО № 13 СПб ГБУЗ

«Детская городская поликлиника № 73»,

Врач  Г.В. Гущина

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2023–2024 УЧЕБНОГО ГОДА
 (ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА) НА СЛУЧАЙ
 НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ ПОГОДЫ**

№	Режимные моменты	Дни недели				
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Приём детей, СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10	07.00–08.10
2	Утренняя гимнастика	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20	08.10–08.20
3	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40	08.20–08.40
4	Самостоятельная деятельность детей, утренний круг	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00	08.40–09.00
5	Занятия (общая длительность, включая перерывы)	09.00–10.10	09.00–10.10	09.00–10.10	09.00–10.10	09.00–10.10
6	II завтрак	10.10–10.20	10.10–10.20	10.10–10.20	10.10–10.20	10.10–10.20
7	СОД педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей	10.20–11.30	10.20–11.30	10.20–11.30	10.20–11.30	10.20–11.30
8	Занятия	11.30–12.00	11.30–12.00	11.30–12.00	11.30–12.00	11.30–12.00
9	Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30	12.00–12.30
10	Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00	12.30–15.00
11	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20
12	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей	15.20–15.50	15.20–15.50	15.20–15.50	15.20–15.50	15.20–15.50
13	Подготовка к полднику. Полдник	15.50–16.10	15.50–16.10	15.50–16.10	15.50–16.10	15.50–16.10
14	СОД педагога с детьми, досуговые мероприятия, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.10–19.00	16.10–19.00	16.10–19.00	16.10–19.00	16.10–19.00
15	Уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
Протокол от 31.08.2023 № 1

СОГЛАСОВАНО

ДПО № 13 СПб ГБУЗ

«Детская городская поликлиника № 73»,

Врач  Г.В. Гущина



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  К.В. Романова
Приказ от 31.08.2023 № 29



ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2023–2024 УЧЕБНОГО ГОДА

Щадящий режим дня организуется для детей все возрастных групп, пришедших в ГБДОУ детский сад № 47 Невского района Санкт-Петербурга после болезни или в случае обострения хронических заболеваний. Соблюдаются следующие рекомендации:

- ограничение физической нагрузки и уменьшение длительности физкультурных занятий (при необходимости – отмена);
- проведение статических занятий в подгруппах;
- применение щадящих методов закаливания при допустимом тепловом режиме в группе (при необходимости – отмена по заключению врача);
- осуществление индивидуального подхода к детям во время прогулки: определение индивидуального времени пребывания воспитанников на воздухе с учетом самочувствия и эмоционального состояния;
- ограничение или исключение из двигательного режима спортивных упражнений, выполняющихся в быстром темпе, игр с элементами соревнования, интенсивных подвижных игр, упражнений со статическими нагрузками.