

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»
Приказ № 145 от 31.08.2023
Заведующий ГБДОУ № 116



Солоницына Р.Р.

«Принят»
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 31.08.2023

РЕЖИМ ДНЯ
Детей старшей группы
(холодный период)
ПОНЕДЕЛЬНИК

1.	Приём детей (термометрия, осмотр), <i>игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного опыта, чтение художественной литературы, направленной на здоровьесформирование детей, трудовые поручения (индивидуально). Самостоятельная деятельность детей.</i>	7.00 – 8.10
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.10 – 8.20
3.	<i>Активное бодрствование детей. Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры, трудовые поручения (индивидуально)</i>	8.20 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30 – 9.00
5.	Занятия Познавательное развитие Художественно-эстетическое развитие (Музыкальное занятие) <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i> <i>Упражнения на релаксацию., расслабление, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз</i>	9.00 - 9.25 9.50 – 10.15
6.	<i>Активное бодрствование детей, игры, предметная деятельность</i>	9.25 – 9.50
7.	Второй завтрак	10.30 – 11.00
8.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, наблюдения за природой</i> Возвращение с прогулки	10.20 – 11.30
9.	Сопровождение образовательной деятельности (психолог)	11.30 – 11.55
10.	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.10 – 12.20 12.20 – 12.50
11.	Дневной сон	12.50 – 15.20
12.	Постепенный подъём, закаливающие, <i>здоровье сберегающие</i> и гигиенические процедуры.	15.20 – 15.30
13.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
14.	Занятия Художественно-эстетическое развитие (рисование) <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i> <i>Упражнения на релаксацию., расслабление, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз</i>	16.00 – 16.25
15.	<i>Совместная игра воспитателя с подгруппами детей, чтение художественной литературы, трудовые поручения (подгрупповые, общий труд). Самостоятельная деятельность детей</i> «Фитболл» со специалистом «Умелые ручки» со специалистом	16.25 – 17.00
16.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми, самостоятельная деятельность детей</i> Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»
Приказ № 145 от 31.08.2023
Заведующий ГБДОУ № 116



Солоницына Р.Р.

«Принят»
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 31.08.2023

РЕЖИМ ДНЯ
Детей старшей группы
(холодный период)
ВТОРНИК

1.	Приём детей (термометрия, осмотр), <i>игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного опыта</i> , чтение художественной литературы, направленной на здоровьесформирование детей, <i>трудовые поручения (индивидуально). Самостоятельная деятельность детей.</i>	7.00 – 8.10
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.10 – 8.20
3.	<i>Активное бодрствование детей. Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры, трудовые поручения (индивидуально)</i>	8.20 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30 – 9.00
5.	Занятия Познавательное развитие Физкультурное занятие <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i> <i>Упражнения на релаксацию., расслабление, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз</i>	9.00 - 9.25 9.50 – 10.15
6.	<i>Активное бодрствование детей, игры, предметная деятельность</i>	9.25 – 9.50
7.	Второй завтрак	10.30 – 11.00
8.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, наблюдения за природой</i> Возвращение с прогулки	10.20 – 12.10
9.	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.10 – 12.20 12.20 – 12.50
10.	Дневной сон	12.50 – 15.20
11.	Постепенный подъем, закаливающие, <i>здоровье сберегающие</i> и гигиенические процедуры.	15.20 – 15.30
12.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
13.	<i>Совместная игра воспитателя с подгруппами детей, чтение художественной литературы, трудовые поручения (подгрупповые, общий труд). Самостоятельная деятельность детей</i>	16.00 – 16.20
14.	Музыкальный досуг Музыкально-театральная гостиная	16.20 – 16.45
15.	Детская студия (театрализованные игры в группе) с воспитателем «Сказкотерапия» со специалистом	16.45 – 17.00
16.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми, самостоятельная деятельность детей</i> Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»
Приказ № 145 от 31.08.2023
Заведующий ГБДОУ № 116



Р.Р. Солоницына
Солоницына Р.Р.

«Принят»
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 31.08.2023

РЕЖИМ ДНЯ
Детей старшей группы
(холодный период)
СРЕДА

1.	Приём детей (термометрия, осмотр), <i>игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного опыта, чтение художественной литературы, направленной на здоровьесформирование детей, трудовые поручения (индивидуально). Самостоятельная деятельность детей.</i>	7.00 – 8.10
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.10 – 8.20
3.	<i>Активное бодрствование детей. Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры, трудовые поручения (индивидуально)</i>	8.20 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30 – 9.00
5.	Занятия Речевое развитие Физкультурное занятие <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i> <i>Упражнения на релаксацию., расслабление, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз</i>	9.00 - 9.25 12.00 – 12.25
6.	<i>Активное бодрствование детей, игры, предметная деятельность</i> <i>Совместная игра воспитателя с подгруппами детей, чтение художественной литературы, трудовые поручения (подгрупповые, общий труд). Самостоятельная деятельность детей</i>	9.25 – 10.20
7.	Второй завтрак	10.30 – 11.00
8.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, наблюдения за природой</i> Возвращение с прогулки	10.20 – 12.10
9.	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.10 – 12.20 12.20 – 12.50
10.	Дневной сон	12.50 – 15.20
11.	Постепенный подъем, закаливающие, <i>здоровье сберегающие</i> и гигиенические процедуры.	15.20 – 15.30
12.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
13.	<i>Совместная игра воспитателя с подгруппами детей, чтение художественной литературы, трудовые поручения (подгрупповые, общий труд). Самостоятельная деятельность детей</i>	16.00 – 16.25
14.	Досуг здоровья и подвижных игр (с воспитателем на группе) Игровой танец (со специалистом)	16.25 – 17.00
15.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми, самостоятельная деятельность детей</i> Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»

Приказ № 145 от 31.08.2023

Заведующий ГБДОУ № 116



Солоницына Р.Р.

«Принят»

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 31.08.2023

РЕЖИМ ДНЯ
Детей старшей группы
(холодный период)
ЧЕТВЕРГ

1.	Приём детей (термометрия, осмотр), <i>игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного опыта, чтение художественной литературы, направленной на здоровьесформирование детей, трудовые поручения (индивидуально). Самостоятельная деятельность детей.</i>	7.00 – 8.10
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.10 – 8.20
3.	<i>Активное бодрствование детей. Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры, трудовые поручения (индивидуально)</i>	8.20 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30 – 9.00
5.	Занятия Познавательное развитие Художественно-эстетическое развитие (Музыкальное занятие) <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i> <i>Упражнения на релаксацию., расслабление, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз</i>	9.00 - 9.25 12.00 – 12.25
6.	<i>Активное бодрствование детей, игры, предметная деятельность</i>	9.25 – 10.20
7.	Второй завтрак	10.30 – 11.00
8.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, наблюдения за природой</i> Возвращение с прогулки	10.20 – 12.00
9.	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.25 – 12.30 12.30 – 12.50
10.	Дневной сон	12.50 – 15.20
11.	Постепенный подъём, закаливающие, <i>здоровье сберегающие</i> и гигиенические процедуры.	15.20 – 15.30
12.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
13.	Сенсорный игровой и интеллектуальный тренинг с воспитателем на группе «Королевство шахмат» со специалистом Кружки со специалистами	16.00 – 16.25
14.	Творческая мастерская (по интересам) в группе с воспитателем «Творческое рисование» со специалистом <i>Совместная игра воспитателя с подгруппами детей, чтение художественной литературы, трудовые поручения (подгрупповые, общих труд). Самостоятельная деятельность детей</i>	16.25 – 17.00
15.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми, самостоятельная деятельность детей</i> Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»

Приказ № 145 от 31.08.2023

Заведующий ГБДОУ № 116



Солоницына Р.Р.

«Принят»

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 31.08.2023

РЕЖИМ ДНЯ
Детей старшей группы
(холодный период)
ПЯТНИЦА

1.	Приём детей (термометрия, осмотр), <i>игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного опыта</i> , чтение художественной литературы, направленной на здоровьесформирование детей, <i>трудовые поручения (индивидуально)</i> . <i>Самостоятельная деятельность детей.</i>	7.00 – 8.10
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.10 – 8.20
3.	<i>Активное бодрствование детей. Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений</i> , дидактические и настольные игры, <i>трудовые поручения (индивидуально)</i>	8.20 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30 – 9.00
5.	Занятия Речевое развитие Физкультурное занятие (на улице) <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i> <i>Упражнения на релаксацию., расслабление, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз</i>	9.00 - 9.25 10.50 – 11.20
6.	<i>Активное бодрствование детей, игры, предметная деятельность</i> <i>Совместная игра воспитателя с подгруппами детей</i> , чтение художественной литературы, <i>трудовые поручения (подгрупповые, общий труд)</i> . <i>Самостоятельная деятельность детей</i>	9.25 – 10.20
7.	Второй завтрак	10.30 – 11.00
8.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, наблюдения за природой</i> Возвращение с прогулки	10.20 – 12.10
9.	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.10 – 12.20 12.20 – 12.50
10.	Дневной сон	12.50 – 15.20
11.	Постепенный подъем, закаливающие, <i>здоровье сберегающие</i> и гигиенические процедуры.	15.20 – 15.30
12.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
13.	Занятия Художественно-эстетическое развитие (лепка/аппликация) <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i> <i>Упражнения на релаксацию., расслабление, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз</i>	16.00 – 16.25
14.	<i>Совместная игра воспитателя с подгруппами детей</i> , чтение художественной литературы, <i>трудовые поручения (подгрупповые, общий труд)</i> . <i>Самостоятельная деятельность детей</i>	16.25 – 17.00
15.	Подготовка к прогулке, <i>прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми, самостоятельная деятельность детей</i> Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Принят»
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 31.08.2023

«Утвержден»

Приказ № 145 от 31.08.2023

Заведующий ГБДОУ № 116

Солоницына Р.Р.



РЕЖИМ ДНЯ
Детей старшей группы
(холодный период)
Дождь

1.	Приём детей (термометрия, осмотр), <i>игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного опыта, чтение художественной литературы, направленной на здоровьесформирование детей, трудовые поручения (индивидуально). Самостоятельная деятельность детей.</i>	7.00 – 8.10
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.10 – 8.20
3.	<i>Активное бодрствование детей. Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры, трудовые поручения (индивидуально)</i>	8.20 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30 – 9.00
5.	Занятия <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты Упражнения на релаксацию., расслабление, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз</i>	9.00 - 9.25 9.35 – 10.00
6.	<i>Активное бодрствование детей, игры, предметная деятельность</i>	10.00 – 10.20
7.	Второй завтрак	10.30 – 11.00
8.	<i>Подвижные игры, наблюдения за природой, индивидуальные игры с детьми направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры, трудовые поручения (индивидуально), чтение художественной литературы</i>	10.20 – 12.10
9.	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.10 – 12.20 12.20 – 12.50
10.	Дневной сон	12.50 – 15.20
11.	Постепенный подъем, закаливающие, <i>здоровье сберегающие</i> и гигиенические процедуры.	15.20 – 15.30
12.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
13.	Занятия <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты Упражнения на релаксацию., расслабление, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз</i>	16.00 – 16.25
14.	<i>Совместная игра воспитателя с подгруппами детей, чтение художественной литературы, трудовые поручения (подгрупповые, общий труд). Самостоятельная деятельность детей</i>	16.25 – 17.00
15.	<i>Самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа направленная на координацию движений, дидактические и настольные игры, трудовые поручения (индивидуально)</i> Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00