

Согласован

Врач _____ (_____)

Утвержден:

Приказ № 83-5-од от «29» августа 2023 г.
Заведующий ГБДОУ детский сад № 77
Выборгского района Санкт-Петербурга
_____ Лавренов С.С.

Сводный режим дня на холодный период года

Содержание	1,5-3	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
	Холодный период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30	7.00 - 8.25	7.00 - 8.20	7.00 - 8.20
Завтрак	8.30-8.50	8.30 - 8.50	8.25 - 8.45	8.20 - 8.40	8.20 - 8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.10	8.50 - 9.00	-	-	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.10-9.40	9.00 - 9.40	9.00 - 9.50	9.00 - 10.00	9.00 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.30	9.50 - 11.30	10.00 - 12.00	10.10 - 12.00	10.50 - 12.00
Второй завтрак	9.40-10.00	9.40 - 9.50	9.50 - 10.00	10.00 - 10.10	10.10 - 10.20
Обед	11.30-12.00	11.30 - 12.00	12.00 - 12.30	12.00 - 12.30	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.00-15.00	12.00 - 15.00	12.30 - 15.00	12.30 - 15.00	12.30 - 15.00
Полдник	15.30-16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Занятия (при необходимости)	15.00-15.30	-	-	16.00 - 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.30-17.00	15.00 - 15.30 16.00-17.00	16.00 - 17.00	16.25 - 17.00	16.00 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00-19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00
Уход домой	19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00

Сводный режим дня на теплый период года

Содержание	1,5-3	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00 - 9.20	9.00 - 9.20	9.00 - 9.15	9.00 - 9.15	-
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20 - 12.00	9.20 - 12.00	9.15 - 12.30	9.15 - 12.30	9.00 - 12.30
Обед	12.00 - 12.30	12.00 - 12.30	12.00 - 13.00	12.30 - 13.00	12.30 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30 - 15.30	12.30 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30
Ужин	18.30	18.30	18.30	18.30	18.30
Уход домой	до 19.00				