



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ № 95

И.Н. Мовчан

Приказ № 110 от 29.08.2025г.

Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)

Группа раннего возраста «Паровозик»

СанПиН 2.4.3648-20

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 – 7.45	7.00 – 7.45	7.00 – 7.45	7.00 – 7.45	7.00 – 7.45
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак	7.45 – 8.30	7.45 – 8.30	7.45 – 8.30	7.45 – 8.30	7.45 – 8.30
Подготовка и организация непрерывной образовательной деятельности (НОД включая 10 минутные перерывы)	8.45 – 09.50 9.20-9.30 Окружающий мир/Природа 11.00-11.10 Физкультура (на улице)	8.45 – 09.50 8.50-9.00 Музыка 9.20- 9.30 Развитие речи	8.45 – 9.50 9.00-9.10 Физкультура 9.20-9.30 Лепка	8.45 – 09.50 9.00 -9.10 Физкультура 9.30-9.40 Рисование	8.45 – 09.50 8.50-9.00 Музыка 9.20-9.30 Развитие речи
Социально-эмоциональное развитие	9.00-9.10 психолог				
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00 – 11.30	10.00 – 11.30	10.00 – 11.10	10.00 – 11.30	10.00 – 11.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.30 – 11.50	11.30 – 11.50	11.10 – 11.50	11.15 – 11.50	11.20 – 11.50
Подготовка к обеду, дежурство, обед	11.45– 12.20	11.45– 12.20	11.45– 12.20	11.45– 12.20	11.45– 12.20
Подготовка к дневному сну, сон	12.20 – 15.20	12.20 – 15.20	12.20 – 15.20	12.20 – 15.20	12.20 – 15.20
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.50	15.15 – 15.50	15.15 – 15.50	15.15 – 15.50	15.15 – 15.50
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	15.50 – 16.30	15.50 – 16.30	15.50 – 16.30	15.50 – 16.30	15.50 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Уход домой	16.30 – 19.00	16.30 – 19.00	16.30 – 19.00	16.30 – 19.00	16.30 – 19.00

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.

Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания.

В адаптационный период – посещение ДОУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 95
И.Н. Мовчан
Приказ № 110 от 29.08.2025г.

Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)

группы раннего возраста «Светлячки» на 2025 – 2026 уч. год.

СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.15	8.10 - 8.15	8.10 - 8.15	8.10 - 8.15	8.10 - 8.15
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.15 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45
Подготовка и организация образовательной деятельности (включая 10-минутные перерывы)	8.45 – 10.00 9.00 – позн.развит 10.40 – физич.разв (улица)	8.45 – 10.00 9.10 – музыка 9.10– реч.развит	8.45 – 10.00 9.15 – физич.развит 9.40 – лепка	8.45 – 10.00 9.00 - рисование 9.15 - физич.разв.	8.45 – 10.00 9.10 музыка 9.30 – реч.развит
Второй завтрак	10.01 – 10.10	10.01– 10.10	10.01– 10.10	10.01– 10.10	10.01– 10.10
Социальное, эмоциональное развитие	9.20 - психолог				
Организация совместной деятельности и дополнительного образования					
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10 – 11.30	10.10 – 11.30	10.10 – 11.30	10.10 – 11.30	10.10 – 11.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.30 – 11.50	11.30 – 11.50	11.30 – 11.50	11.30 – 11.50	11.30 – 11.50
Подготовка к обеду, дежурство, обед	11.50– 12.30	11.50– 12.30	11.50– 12.30	11.50– 12.30	11.50– 12.30
Подготовка к дневному сну, сон	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Уход домой	16.30 – 19.00	16.30 – 19.00	16.30 – 19.00	16.30 – 19.00	16.30 – 19.00

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.

Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания.

В адаптационный период – посещение ДОУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ № 95

И.Н. Мовчан

Приказ № 110 от 29.08.2025г.

Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)
Группа раннего возраста «Ягодки»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.05	8.00 - 8.05	8.00 - 8.05	8.00 - 8.05	8.00 - 8.05
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.05 - 8.40	8.05 - 8.40	8.05 - 8.40	8.05 - 8.40	8.05 - 8.40
Подготовка и организация непрерывной образовательной деятельности (НОД включая 10 минутные перерывы)	8.40 - 09.50 9.00-9.10 Окружающий мир 9.20-9.30-музыка	8.40 - 09.50 9.00-9.10-физкультура 9.30-9.40.-лепка	8.40 - 09.50 9.00-9.10-развитие речи 9.20-9.30-музыка	8.40 - 09.50 9.00-9.10-рисование 11.20-11.30-физкультура	8.40 - 09.50 09.00-09.10 Физкультура 9.30-9.40 развитие речи
Социальное, эмоциональное развитие	9.40 - психолог				
Второй завтрак	09.50 - 10.00	09.50 - 10.00	09.50 - 10.00	09.50 - 10.00	09.50 - 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00 - 11.30	10.00 - 11.30	10.00 - 11.30	10.00 - 11.30	10.00 - 11.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.30 - 11.45	11.30 - 11.45	11.30 - 11.45	11.30 - 11.45	11.30 - 11.45
Подготовка к обеду, дежурство, обед	11.45-12.15	11.45-12.15	11.45-12.15	11.45-12.15	11.45-12.15
Подготовка к дневному сну, сон	12.15 - 15.00	12.15 - 15.00	12.15 - 15.00	12.15 - 15.00	12.15 - 15.00
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.30	15.00 - 15.30	15.00 - 15.30	15.00 - 15.30	15.00 - 15.30
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	15.50 - 16.30	15.50 - 16.30	15.50 - 16.30	15.50 - 16.30	15.50 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Уход домой	16.30 - 19.00	16.30 - 19.00	16.30 - 19.00	16.30 - 19.00	16.30 - 19.00

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.

Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания.

В адаптационный период – посещение ДОУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ № 95

И.Н. Мовчан

Приказ № 110 от 29.08.2025г.

**Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)
младшей группы «Солнышко» на 2025 – 2026 уч. год.**

СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 - 8.05	7.00 - 8.05	7.00 - 8.05	7.00 - 8.05	7.00 - 8.05
Утренняя гимнастика	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45
Подготовка и организация образовательной деятельности (включая 10-минутные перерывы)	8.45 – 10.10 9.05 – ознак. с окр. миром/ознак. с природой 9.35 – музыка 11.00 – физкультура (на улице)	8.45 – 10.10 9.40 – физкультура	8.45 – 10.10 9.00 – речевое развитие/обучение грамоте 9.35 – музыка	8.45 – 10.10 9.00 – математика 9.30 – лепка/аппликация	8.45 – 10.10 9.40 – физкультура 9.00 – рисование
Второй завтрак	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20
Социальное, эмоциональное развитие		9.25 – психолог			
Организация совместной деятельности и дополнительного образования		15.50 – музыкальное развлечение	16.05 – физкультурный досуг		
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.20 – 11.50	10.20 – 11.50	10.20 – 11.50	10.20 – 11.50	10.20 – 11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.10	11.50 – 12.10	11.50 – 12.10	11.50 – 12.10	11.50 – 12.10
Подготовка к обеду, дежурство, обед	12.10 – 12.45	12.10 – 12.45	12.10 – 12.45	12.10 – 12.45	12.10 – 12.45
Подготовка к дневному сну, сон	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00	15.40 – 16.00
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00
Уход домой					

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.

Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания.

В адаптационный период – посещение ДОУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ № 95

И.Н. Мовчан Приказ

№ 110 от 29.08.2025

**Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)
младшей группы «Жемчужинки» на 2025 – 2026 уч. год.**

СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45
Подготовка и организация образовательной деятельности (включая 10-минутные перерывы)	8.45 – 9.55 9.00 – музыка. 9.40 – лепка/аппликация	8.45 – 10.05 9.20 – физкультура. 9.50 – развитие речи/подготовка к обучению грамоте.	8.45 – 9.45 9.00 – музыка. 9.30 – математика.	8.45 – 11.05 9.00 – рисование. 10.50 – физкультура (на улице).	8.45 – 9.40 9.20 – физкультура. 9.45 – окружающим миром/природа.
Второй завтрак	10.05 – 10.15	10.05 – 10.15	10.05 – 10.15	10.05-10.15	10.05 – 10.15
Социальное, эмоциональное развитие		9.00 – психолог			
Организация совместной деятельности и дополнительного образования		15.30 – музыкальный досуг (1,3 неделя)	16.05 – физкультурный досуг (2,4 неделя)		
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.15 – 11.50	10.15 – 11.50	10.15 – 11.50	10.15 – 11.50	10.15 – 11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.50-12.10	11.50 – 12.10	11.50 – 12.10	11.50 – 12.10	11.50 – 12.10
Подготовка к обеду, дежурство, обед	12.10 – 12.45	12.10 – 12.45	12.10 – 12.45	12.10 – 12.45	12.10 – 12.45
Подготовка к дневному сну, сон	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаляющие процедуры, самостоятельная деятельность	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00
Уход домой					

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим. Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания. В адаптационный период – посещение ДОУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.
Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ № 95

И.Н. Мовчан

Приказ № 110 от 29.08.2025г.

Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)

средней группы «Радуга» на 2025 – 2026 уч. год.

СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10	8.05 - 8.10
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45
Подготовка и организация образовательной деятельности (включая 10-минутные перерывы)	8.45 – 10.15 9.00 - окружающий мир/природа 9.55 – музыка	8.45 – 10.40 9.00 – РЭМП 10.20 – физ. занятии	8.45 – 10.15 9.55 – музыка 16.05- физ. занятие (улица)	8.45 – 09.50 9.00 – развитие речи/подготовка к обучению грамоте 09.30 – рисование	8.45 – 10.15 9.00 – лепка/ аппликация 9.55- физ. занятие
Второй завтрак	10.05 – 10.15	10.05 – 10.15	10.05 – 10.15	10.05 – 10.15	10.15 – 10.25
Социальное, эмоциональное развитие			9.00 – психолог		
Организация совместной деятельности и дополнительного образования					
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.15 – 12.00	10.40 – 12.00	10.15 – 12.00	10.15 – 12.00	10.25 – 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20
Подготовка к обеду, дежурство, обед	12.20 – 12.50	12.20 – 12.50	12.20 – 12.50	12.20 – 12.50	12.20 – 12.50
Подготовка к дневному сну, сон	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35	16.00 – 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Уход домой	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.

Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания.

В адаптационный период – посещение ДОУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ № 95

И.Н. Мовчан

Приказ № 110 от 29.08.2025г.

Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)

группы среднего возраста «Капелька» на 2025 – 2026 уч. год.

СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.15	8.10 - 8.15	8.10 - 8.15	8.10 - 8.15	8.10 - 8.15
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.15 - 8.45	8.15 - 8.45	8.15 - 8.45	8.15 - 8.45	8.15 - 8.45
Подготовка и организация образовательной деятельности (включая 10-минутные перерывы)	8.45 – 10.40 9.00- худож.разв. 10.20 – худож. разв.	8.45 – 10.15 9.00-познав.развит. 9.55-физич. разв.	8.45 – 10.40 9.00-познав.развитие 10.20 – худож. разв	8.45 – 10.00 9.00 – речевое разв 10.50 - физич.разв. улица	8.45 – 10.40 9.00-худож. разв. 10.20-физич.разв.
Второй завтрак	10.06-10.16	10.20-10.30	10.06 – 10.16	10.06-10.16	10.06-10.16
Социальное, эмоциональное развитие			9.25 – психолог		
Организация совместной деятельности и дополнительного образования					
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.45 – 12.00	10.30– 12.00	10.45 – 12.00	10.20 – 12.00	10.30 – 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	12.00 – 12.15	12.00 – 12.15	11.30 – 12.15	12.00 – 12.15	12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, дежурство, обед	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45
Подготовка к дневному сну, сон	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20	12.45 – 15.20
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.35 – 16.05	15.35 – 16.05	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	16.05 – 16.35	16.05 – 16.40	16.05 – 16.35	16.05 – 16.40	16.05 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Уход домой	16.55 – 19.00	16.40 – 19.00	16.55 – 19.00	16.40 – 19.00	16.40 – 19.00

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.

Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания.

В адаптационный период – посещение ДОУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 95
И.Н. Мовчан
Приказ № 110 от 29.08.2025г.

**Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)
Старшей группы «Звёздочки» на 2025 – 2026 уч. год.**

СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45
Патриотическое воспитание - Торжественная линейка (поднимание и опускание флага)	8.50				
Подготовка и организация образовательной деятельности (включая 10-минутные перерывы)	8.45 - 12.25 8.55 - позн. развит. (окр. мир) 9.35 - физкультура 12.00 - позн. развит.(природа)	8.45 - 10.55 9.10 - математика 9.55 - музыка 10.30 - конструир.	8.45 - 10.25 8.55 - лепка/апплик. 9.30 - грамота 10.00 - физкультура	8.45 - 10.30 8.55 - рисование 10.05 - развит. речи	8.45 - 11.25 9.10 - развит. речи 9.55 - музыка 11.00 - физкульт. (на улице)
Второй завтрак	10.10 - 10.15	10.20 - 10.25	10.30 - 10.35	10.30 - 10.35	10.20 - 10.25
Социальное, эмоциональное развитие				9.30 - психолог	
Организация совместной деятельности и дополнительного образования			15.30 - 1 и 3 неделя мес. Физкультура	16.05 - 1 и 3 неделя мес. Музыка	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.15 - 11.45	10.25 - 12.10	10.35 - 12.10	10.35 - 12.10	10.25 - 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.45 - 12.25	12.10 - 12.25	12.10 - 12.25	12.10 - 12.25	12.10 - 12.25
Подготовка к обеду, дежурство, обед	12.25 - 12.50	12.25 - 12.50	12.25 - 12.50	12.25 - 12.50	12.25 - 12.50
Подготовка к дневному сну, сон	12.50 - 15.25	12.50 - 15.25	12.50 - 15.10 12.50 - 15.25	12.50 - 15.25	12.50 - 15.25
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.25 - 15.35	15.25 - 15.35	15.10 - 15.10 15.25 - 15.35	15.25 - 15.35	15.25 - 15.35
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.35 - 16.00	15.35 - 16.00	15.55 - 16.15 15.35 - 16.00	15.35 - 16.00	15.25 - 16.00
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	16.00 - 16.35	16.00 - 16.35	16.15 - 16.45 16.00 - 16.35	16.30 - 16.45 16.00 - 16.35	16.00 - 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Уход домой	16.35 - 19.00	16.35 - 19.00	16.45 - 19.00 16.35 - 19.00	16.45 - 19.00 16.35 - 19.00	16.35 - 19.00

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.

Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания.

В адаптационный период – посещение ДОУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 95
И.Н. Мовчан
Приказ № 110 от 29.08.2025г.

**Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)
подготовительной к школе группы «Фантазёры» на 2025 – 2026 уч. год.**

СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.25 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45	8.10 - 8.45
Торжественная линейка (подъем и опускание флага)	8.50				
Подготовка и организация образовательной деятельности (включая 10-минутные перерывы)	9.00 - 10.40 9.00 – физкультура 9.35 – развитие речи 10.15 - лепка/аппл	8.55 – 11.10 8.55 - подготовка к обучению грамоте 9.25 - музыка 10.00 - рисование	8.55 – 11.15 8.55- развитие речи 9.30 - физкультура 10.10- природа	9.00 – 10.45 9.35 - ФЭМП 10.15 - конструирование	8.55 – 9.45 8.55 - окружающий мир 9.25 - музыка 11.00 - физкультура (на улице)
Второй завтрак	10.00 – 10.15	10.25 - 10.35	10.00 – 10.10	10.00 – 10.15	10.00 – 10.15
Социальное, эмоциональное развитие				9.00 – психолог	
Организация совместной деятельности и дополнительного образования			15.30 - физкультурное развлечение (1, 3 неделя)	15.35 музыкальное развлечение (2, 4 неделя)	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40 - 12.10	10.35 – 12.10	10.35 – 12.10	10.40 – 12.10	10.15 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	12.10 - 12.40	12.10 – 12.40	12.10 – 12.40	12.10-12.40	12.10 – 12.40
Подготовка к обеду, дежурство, обед	12.40 - 13.00	12.40 – 13.00	12.40 – 13.00	12.40 – 13.00	12.40 – 13.00
Подготовка к дневному сну, сон	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.20	13.00 – 15.20	13.00 – 15.20
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35	15.20 – 15.35
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.45 – 16.05	15.45 – 16.00	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	16.05 – 16.35	16.30 – 16.45	16.00 – 16.45	16.00 – 16.50	16.00 – 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	16.35 – 19.00	16.45 – 19.00	16.45 – 19.00	16.55 – 19.00	16.35 – 19.00
Уход домой					
Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.					
Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания.					
В адаптационный период – посещение ДООУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду					

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.
Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ № 95

И.Н. Мовчан

Приказ № 110 от 29.08.2025г.

Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)

подготовительной группы «Сказка» на 2025 – 2026 уч. год.

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная и совместная деятельность, индивидуальная работа	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20	8.10 - 8.20	8.10 - 8.20	8.10 - 8.20	8.10 - 8.20
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.20 - 8.45	8.20 - 8.45	8.20 - 8.45	8.20 - 8.45	8.20 - 8.45
Торжественная линейка (подъем и опускание флага)	8.50				12.45
Подготовка и организация образовательной деятельности (включая 10-минутные перерывы)	9.00 – 12.40 9.00 – Ознакомление с окружающим миром 9.40 – Грамота 12.10 – Физкульту	9.00 – 12.30 9.00 – Математика 9.40 – Конструирование 12.00 – Музыка	9.00 – 10.55 9.00 – развитие р. 9.40 – Лепка/аппликация 10.25 – Ознак. с природой	8.50 – 10.55 8.50 – математика 9.40 – физкультура 10.25 – Речевое развитие	9.40 - 11.05 9.40 - Рисование 10.30 – Музыка 11.25 - Физкультура
Второй завтрак	10.10 – 10.15	10.10 - 10.15	10.10 – 10.15	10.10 - 10.15	10.15 – 10.20
Социальное, эмоциональное развитие					9.00 - Психолог
Организация совместной деятельности и дополнительного образования			15:30 2 и 4 неделя Физкультурный досуг	16:05 2 и 4 неделя Музыкальный вечер	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.20 – 11.50	10.20 – 11.40	10.55 – 12.20	11.55 - 12.20	10.45 -12.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.10	11.40 – 12.00	12.20 – 12.40	12.20– 12.40	12.20– 12.40
Подготовка к обеду, дежурство, обед	12.40– 13.00	12.40 – 13.00	12.40– 13.00	12.40 – 13.00	12.40– 13.00
Подготовка к дневному сну, сон	13.00 – 15.30	13.00– 15.30	13.00– 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.30 – 15.40	15.30 – 15.40	15.30– 15.40	15.30 – 15.40	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	16.00-16.40	16.00 – 16.40	16.00 – 16.40	16.00 – 16.40	16.00 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Уход домой	16.40– 19.00	16.40 – 19.00	16.40 – 19.00	16.40 – 19.00	16.40– 19.00

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.

Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания. В адаптационный период – посещение ДОО на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ № 95

И.Н. Мовчан

Приказ № 110 от 29.08.2025г.

Режим пребывания воспитанников в детском саду (холодный период)

Подготовительной группы «Звуквички» на 2025 – 2026 уч. год.

СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

1-я половина дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Прием детей в группу их осмотр, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20	8.10 - 8.20	8.10 - 8.20	8.10- 8.20	8.10 - 8.20
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.20 - 8.40	8.20- 8.45	8.20 – 8.45	8.20- 8.45	8.20- 8.45
Торжественная линейка (подъем и опускание флага)	8.50				12.45
Подготовка и организация образовательной деятельности (включая 10-минутные перерывы)	9.00 – 11.00 9.00 – Ознакомление с окружающим миром 9.40-Грамота 10.30-Физкультура	8.50-11.00 8.50- Математика 9.30-Развитие речи 10.30-Музыка	9.00-11.00 9.00-Аппликация// Лепка 9.40-Ознакомление с природой 10.30-Развитие речи-	9.00-10.10 9.00-Математика 9.40--Рисование 12.00- Физкультура	10.15-10.45 10.15- Конструирование 12.00-Музыка Физкультура на прогулке
Второй завтрак	10.15-10.25	10.15- 10.25	10.15– 10.25	10.15- 10.25	10.05-10.15
Социальное, эмоциональное развитие					9.35 Психолог
Организация совместной деятельности и дополнительного образования			15.30- Физкультура\ (2,4 неделя)	15.35-Музыка (2,4 неделя)	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00 – 12.20	11.00-12.20	11.00- 12.20	10.25- 11.40	10.45-11.45
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	12.20 – 12.30	12.20– 12.30	12.20 – 12.30	11.40– 12.00	11.45 – 12.00
Подготовка к обеду, дежурство, обед	12.30– 13.10	12.30 – 13.10	12.30– 13.10	12.35 – 13.15	12.30– 13.10
Подготовка к дневному сну, сон	13.10 – 15.30	13.10– 15.30	13.10– 15.30 13.10-15.20	13.15 – 15.30 13.15 -15.25	13.10 – 15.30
2-я половина дня					
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.25-15. 40	15.25– 15.40	15.25– 15.40 15.20-15.30	15.25 – 15.40 15.20 –15.35	15.25 – 15.40
Подготовка к полднику, дежурство, полдник	15.40 – 16.10	15.40 – 16.10	15.40 – 16.10 16.10-16.40	15.40 – 16.10 16.10 – 16.40	15.40 – 16.10
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность воспитателя с детьми (игры, чтение художественной литературы, труд)	16.10-16.50	16.10 – 16.50	16.10 – 16.50 16.40–17.00	16.10 – 16.50 16.40-17.00	16.10 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка(игры, наблюдения, труд). Уход домой	16.50– 19.00	16.50 – 19.00	16.50– 19.00 17.00-19.00	16.50 – 19.00 17.00 – 19.00	16.50 – 19.00

Щадящий режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, в период адаптации. Этот режим обеспечивает ребенку с первого дня пребывания его в дошкольном учреждении постепенный переход на общий режим.

Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%; Одевание в последнюю очередь, выход последними; возвращение первыми (под присмотром взрослого); вовлечение в умеренную двигательную и интеллектуальную деятельность; укладывание первыми, подъем по мере просыпания.

В адаптационный период – посещение ДОУ на 1-2 часа, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.