«ПРИНЯТО»

Решением Педагогического совета
ГБОУ школы № 100
Калининского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от «30» августа 2023г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ школы № 100
Калининского района Санкт-Петербурга
_____ О.А. Лудкова
Приказ № 539-д от «01» 09 2023г.

Лудкова Олеся Анатольевна

Подписано цифровой подписью: Лудкова Олеся Анатольевна
DN: c=RU, st=г. Санкт-Петербург, l=г.Санкт-Петербург, title=Директор, o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 100 КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, 1.2.643.100.3=120B323030313633323139383 3, 1.2.643.3.131.1.1=120C363031333032313536363132, email=school100.spb@mail.ru, givenName=Олеся Анатольевна, sn=Лудкова, cn=Лудкова Олеся Анатольевна
Дата: 2023.09.06 11:54:11 +03'00'

РЕЖИМЫ ДНЯ

структурного подразделения детский сад (площадка 1)
Государственного бюджетного общеобразовательного
учреждения средней общеобразовательной школы № 100
Калининского района Санкт-Петербурга
на 2023-2024 учебный год

Санкт-Петербург
2023

РЕЖИМ ДНЯ ПЕРВОЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАТА № 11 (1,5 – 2 ГОДА)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Режимные моменты	Время
Прием детей, культурно-гигиенические процедуры	9.00 - 9.30
Зарядка	9.30 – 9.40
Игровые беседы с воспитателем	9.40-9.00
Воспитание, обучение и развитие в процессе организованной совместной деятельности	10.00-10.10
Самостоятельная игровая деятельность, культурно-гигиенические процедуры, питьевой режим	10.10-10.40
Воспитание, обучение и развитие в процессе организованной совместной деятельности	10.40-10.50
Самостоятельная игровая деятельность, культурно-гигиенические процедуры	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00-12.00
Уход домой с прогулки	12.00 – 12.30

РЕЖИМ ДНЯ ПЕРВОЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА № 12 (1,5 – 2 ГОДА)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Режимные моменты	Время
Прием детей, культурно-гигиенические процедуры	9.00 - 9.30
Зарядка	9.30 – 9.40
Игровые беседы с воспитателем	9.40-9.00
Воспитание, обучение и развитие в процессе организованной совместной деятельности	10.00-10.10
Самостоятельная игровая деятельность, культурно-гигиенические процедуры, питьевой режим	10.10-10.40
Воспитание, обучение и развитие в процессе организованной совместной деятельности	10.40-10.50
Самостоятельная игровая деятельность, культурно-гигиенические процедуры	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00-12.00

Уход домой с прогулки	12.00 – 12.30

РЕЖИМ ДНЯ ВТОРОЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА № 1 (2-3 ГОДА)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00
Ежедневная утренняя гимнастика	8.00-8.10
Самостоятельная деятельность	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.45
Второй завтрак	9.45 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 - 11.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.15 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 - 12.00
Подготовка ко сну, дневной сон,	12.00 - 15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, «уплотненный» полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Постепенный уход детей домой.	16.45 – 19.00

РЕЖИМ ДНЯ ВТОРОЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА № 2 (2-3 ГОДА)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00

Ежедневная утренняя гимнастика	8.00-8.10
Самостоятельная деятельность	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.45
Второй завтрак	9.45 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 - 11.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.15 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 - 12.00
Подготовка ко сну, дневной сон,	12.00 - 15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, «уплотненный» полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Постепенный уход детей домой.	16.45 – 19.00

РЕЖИМ ДНЯ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ № 3 (3-4 ГОДА)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Вид деятельности в режиме дня	**Период**				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.10				
Утренняя гимнастика	8.10-8.20				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50				
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	8.50 – 9.00				
	пн	вт	ср	чт	пт
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.10-09.50	9.00 - 9.15			
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	-	9.15-9.25			9.15-9.20

Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)		9.25-9.40	9.20-9.35
Самостоятельная деятельность	9.50-10.00	9.40-10.00	9.35-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10		
Игры, самостоятельная, совместная деятельность	10.10-11.50	10.10-10.30	
Подготовка к прогулке, прогулка	-	10.30-11.30	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность		11.30-11.50	
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30		
Подготовка ко сну, сон	12.30 – 15.15		
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры (воздушные, водные, бодрящая.гимнастика)	15.15-15.30		
Подготовка к полднику, «уплотненный» полдник	15.30-16.00		

	пн, вт	ср	чт, пт
Игры, самостоятельная, совместная деятельность детей	16.00-16.40	16.00-16.15 16.30-16.40	16.00-16.40
Совместная досуговая деятельность (среда)	-	16.15-16.30	-
Подготовка к прогулке, прогулка. Постепенный уход домой.	16.40-19.00		

РЕЖИМ ДНЯ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ № 4 (3-4 ГОДА)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Вид деятельности в режиме дня	**Период**				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.10				
Утренняя гимнастика	8.10-8.20				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50				
	пн	вт	ср	чт	пт
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	8.50 – 9.00	8.50-9.10	8.50 – 9.00		
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40	9.10 - 9.25 9.35 - 9.50	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40		9.00 - 9.15 9.45-10.00
Самостоятельная деятельность	9.40-10.00	9.50-10.00	9.40-10.00		-
Второй завтрак	10.00-10.10				
Игры, самостоятельная, совместная деятельность	10.10-10.30	10.10-11.50	10.10-10.30		
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30-11.30	-	10.30-11.30		
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.50		11.30-11.50		
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30				
Подготовка ко сну, сон	12.30 – 15.15				

Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры (воздушные, водные, бодрящая.гимнастика)	15.15-15.30		
Подготовка к полднику, «уплотненный» полдник	15.30-16.00		
	пн, вт	ср	чт, пт
Совместная досуговая деятельность (среда)	-	16.00-16.15	-
Игры, самостоятельная, совместная деятельность детей	16.00-16.40	16.15-16.40	16.00-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Постепенный уход домой.	16.40-19.00		

РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ №6 (3-4года)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Период					**Мероприятия**
7.00-8.10					Прием детей, осмотр. Самостоятельная . совместная деятельность Индивидуальная работа.
8.10 -8.20					Утренняя гимнастика
8.20-8.50					Подготовка к завтраку, 1-ый завтрак
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	
8.50-9.00					Самостоятельная деятельность .Подготовка к занятиям (образовательной нагрузке)
9.00-9.20	9.00-9.20	9.30-9.50	9.00-9.20	9.00-9.20	Занятия (образовательная нагрузка)
-	9.20-9.50	9.00-9.30	-	9.20-9-50	Самостоятельная деятельность детей
9.30-9.50	10.10-10.30	10.25-11.15	9.30-9.50	10.10-10.30	Занятия (образовательная нагрузка)
9.55-10.05					Подготовка ко второму завтраку, 2-ой завтрак
10.05-10.50	10.30-10.50	11.15-12.10	10.05-10.50	10.30-10.50	Самостоятельная деятельность детей
10.50-12.00	10.50-12.00	-	10.50-12.00	10.50-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка.
					Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду
12.20 - 12.50					Обед. Подготовка ко сну
12.50-15.20					Дневной сон.
15.20-15.35					Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливание
15.35 -15.55					Подготовка к полднику, полдник
15.55-16.45	15.55-16.35	15.55-16.35	15.55-16.45	15.55-16.45	Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с

					детьми.
-	-	16.35-16.55	-	-	Музыкальный досуг
16.45-19.00	16.55-19.00	16.55-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка Уход детей домой.

РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ №7 (3-4года)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Период					Мероприятия
7.00-8.10					Прием детей, осмотр. Самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность педагогов с детьми. Индивидуальная работа с детьми
8.10-8.20					Утренняя гимнастика с использованием упражнений на дыхание
8.20-8.50					Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, 1-ый завтрак
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	
08.50-09.00					Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Подготовка к занятиям(образовательным нагрузкам)
09.00-9.20					Занятие (образовательная нагрузка)
09.20-09.50 10.00-10.10	09.20-09.50 10.00-10.10	09.20-09.50	09.20-09.50 10.00-10.20	09.20-09.50 11.30-11.50 12.10-12.20	Перерыв между периодами занятие (образовательная нагрузка) (подвижные игры, физ. упражнения и др.). Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.).Подготовка к занятиям(образовательным нагрузкам).
09.50-10.00					Подготовка ко второму завтраку, 2-ой завтрак
10.10-10.30	бассейн 10.10-10.30 10.40-11.00	10.00-10.20	10.20-10.40	11.50-12.10	Занятие (образовательная нагрузка)/ Музыкальное/физкультурное занятие / Подгрупповые занятия в бассейне.
10.30-10.50	11.00-12.20	10.20-10.50	10.40-10.50		Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.).
10.50-12.00	-	10.50-12.00	10.50-12.00	10.00-11.30	Подготовка к прогулке, прогулка
12.00-12.20					Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду
12.20-12.50					Обед, подготовка ко сну
12.50-15.20					Гигиенические процедуры, дневной сон.
15.20-15.35					Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливание
15.35-15.55					Подготовка к полднику, гигиенические процедуры, полдник
15.55-17.00	15.55-16.35	15.55-17.00	15.55-17.00	15.55-17.00	Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми.
	16.35-16.55				Музыкальный досуг(совместная деятельность педагога с детьми)
17.00-19.00					Прогулка. Уход детей домой.

РЕЖИМДНЯСТАРШЕЙГРУППЫ№5 (4– 5 лет)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Период	Мероприятие
7.00-8.20	Приём детей, осмотр. Самостоятельная

					деятельность детей. Совместная деятельность педагогов с детьми. Индивидуальная работа с детьми.
8.20-8.30					Утренняя гимнастика
8.30-8.50					Подготовка к завтраку, 1-ый завтрак
8.50-9.20					Подготовка к занятиям (образовательным нагрузкам)
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	
9.20-9.45	9.00-9.25	9.00-9.25	9.10-9.35	9.00-9.25	Занятия (образовательные нагрузки)
9.45-10.00-	9.25-10.00-	9.25-10.00-	9.35-9.45	9.25-9.35	Перерыв между периодами занятий (образовательных нагрузок) Индивидуальная работа
			9.45-10.10	9.35-10.00	Занятия (образовательные нагрузки)
10.00-10.10		10.00-10.10	10.10-10.20	10.00-10.10	Подготовка ко второму завтраку 2-ой завтрак
	10.10-10.40	10.10-10.40-	10.20-10.30	10.10-11.15	Самостоятельная деятельность детей. Перерыв между периодами занятий (образовательных нагрузок). Подготовка к занятиям (образовательным нагрузкам)
10.10-10.35	10.40 11.05-	10.40-11.05	10.30-10.55	-	Занятия (образовательные нагрузки)
10.35-11.15	11.05 11.15-	11.05-11.15	10.55-12.25	-	Самостоятельная деятельность детей. Перерыв между периодами занятий (образовательных нагрузок) Подготовка к занятиям (образовательным нагрузкам)
11.15-12.25					Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.
12.25-12.45					Подготовка к обеду, обед.
12.45-15.15					Подготовка ко сну, дневной сон.
15.15-15.30					Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, закаливание
15.30-16.00					Подготовка к полднику, полдник
	16.00 16.10	16.00-16.10			Подготовка к занятиям (образовательная нагрузкам)
15.40-16.05-	16.10-16.35	16.10-16.35	15.40-16.05	-	Занятия (образовательные нагрузки)
16.05-16.55	16.35-16.55	16.35-16.55	16.05-16.55	16.00-16.55	Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми.
16.55-19.00					Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.

РЕЖИМДНЯСТАРШЕЙГРУППЫ№8 (4– 5 лет)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

Период					Мероприятие
7.00-8.20					Приём детей, осмотр. Самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность педагогов с детьми. Индивидуальная работа с детьми.
8.20-8.30					Утренняя гимнастика
8.30-8.50					Подготовка к завтраку, , 1-ый завтрак
8.50-9.00					Подготовка к занятиям (образовательным нагрузкам)
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	

9.00-9.25	9.00-9.25	9.10-9.35	9.00-9.25	9.00-9.25	Занятия (образовательные нагрузки)
-	-	-	-	-	Перерыв между периодами занятий (образовательных нагрузок).Индивидуальная работа
-	9.35-10.00	9.45-10.10	-	9.35-10.00	Занятия (образовательные нагрузки)
10.00-10.10		10.10-10.20	10.00-10.10		Подготовка ко второму завтраку 2-ой завтрак
10.10-10.45	10.10-11.15	-	-	10.10-11.15	Самостоятельная деятельность детей. Перерыв между периодами занятий (образовательных нагрузок) . Подготовка к занятиям (образовательным нагрузкам)
10.40-11.05	-	10.20-10.45	10.05-10.30	-	Занятия (образовательные нагрузки)
11.05-11.15	-	10.45-11.50	11.05-11.15	-	Самостоятельная деятельность детей. Перерыв между периодами занятий (образовательных нагрузок) Подготовка к занятиям (образовательным нагрузкам)
-	-	11.50-12.15	-	-	Занятия (образовательные нагрузки)
11.15-12.25 - 11.15-12.25					Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.
12.25-12.45					Подготовка к обеду, обед.
12.45-15.15					Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, дневной сон.
15.15-15.30					Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, закаливание
15.30-16.00					Подготовка к полднику, полдник
16.00-16.10	-		16.00-16.10		Подготовка к занятиям (образовательная нагрузкам)
16.10-16.35	16.00-16.25	-	16.10-16.35	-	Занятия (образовательные нагрузки)
16.35-16.55	16.25-16.55	16.00-16.55	16.35-16.55	16.00-16.55	Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми.
16.55-19.00					Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.

ДНЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ № 9 (6-7 ЛЕТ)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (СЕНТЯБРЬ-МАЙ)

Вид деятельности в режиме дня	**Период**			
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00			
Ежедневная утренняя гимнастика	8.00-8.10			
Игры, самостоятельная деятельность	8.10-8.30			
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.50			
Игры, подготовка к занятиям	8.50 – 9.00			
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.10			
Второй завтрак	10.10-10.20			
	пн	вт, ср	чт	пт
Игры, подготовка к занятиям	9.30-10.10 10.20-10.30	10.20-10.30	10.20-10.40	10.20-10.30

Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты	10.30-11.40	10.30-11.00	12.00-12.30	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	-	11.00-12.20	10.40-11.50	11.00-12.20
Возвращение с прогулки, совместная, самостоятельная деятельность	12.20.-12.30			
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50			
Подготовка ко сну, сон	12.50 - 15.00			
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры (воздушные, водные, бодрящая.гимнастика)	15.00-15.30			
Подготовка к полднику, «уплотненный» полдник	15.30-16.00			
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30	16.00-16.50		
Совместная досуговая деятельность (пн)	16.30-17.00			
Подготовка к прогулке, прогулка. Постепенный уход домой.	17.00-19.00	16.50-19.00		

РЕЖИМДНЯПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙГРУППЫ№10 (6-7лет)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД (сентябрь-май)

ПЕРИОД				МЕРОПРИЯТИЯ
7.00-8.15				прием детей, осмотр. самостоятельная деятельность детей , совместная деятельность педагогов с детьми. индивидуальная работа с детьми.
8.15-8.25				утренняя гимнастика
8.25-8.40				подготовка к завтраку, 1-ый завтрак
8.40-9.00				самостоятельная деятельность детей , подготовка к занятиям (образовательным нагрузкам)
9.00-9.30				занятия (образовательные нагрузки)
9.30-9.40				перерыв между периодами занятий (образовательных нагрузок) самостоятельная деятельность детей. индивидуальная работа
пн	вт, ср	чт	пт	
9.40-10.10		-	9.40.-10.10	занятия (образовательные нагрузки)
10.10- 10.20				подготовка ко второму завтраку 2-ой завтрак
10.20-10.30		9.40-10.25	10.20-10.30	самостоятельная деятельность детей. перерыв между периодами занятий (образовательных нагрузок). подготовка к занятиям (образовательным нагрузкам)
10.30-11.00	-	10.25-10.55 11.05-11.35	-	занятия (образовательные нагрузки)
11.00-12.20	10.30-12.00	-	10.30-12.00	подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.
	12.00-12.30		12.00-12.30	музыкальное, физкультурное занятие (образовательные нагрузки)
12.30 - 12.50				подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед.
12.50-15.20				подготовка ко сну, дневной сон.
15.20 - 15.35				постепенный подъем, бодрящая гимнастика,

			закаливание
15.35- 15.50			подготовка к полднику,полдник
Пн, вт	ср	Чт, пт	
-	16.35-17.00	-	музыкальный досуг (совместная деятельность педагога с детьми)
15.50-16.45			совместная деятельность педагогов с детьми. самостоятельная деятельность детей . индивидуальная работа с детьми.
16.45-19.00			подготовка к прогулке, прогулка уход детей домой.