

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 358  
Московского района Санкт-Петербурга  
Структурное подразделение Отделение дошкольного образования



Подписано цифровой подписью:  
Директор ГБОУ СОШ №358  
Е.А.Артюхина  
DN: cn=Директор ГБОУ СОШ  
№358 Е.А.Артюхина, o=ГБОУ  
СОШ №358 Московского района  
Санкт-Петербурга,  
email=school358spb@mail.ru,  
c=RU  
Дата: 06.09.2021 11:56:00 +03'00'

**Принято:**  
на Совете педагогов  
протокол №4 от 30.08.2021г

**Утверждено:**  
Приказ № 253 ОДО от 25.05.2021  
Директор ГБОУ СОШ № 358  
\_\_\_\_\_ Е.А. Артюхина

**Организация жизнедеятельности дошкольника  
в течение дня  
(режим дня)**

**2021-2022 учебный год**

Сан ПиН 1.2.3685-21 от 28.01.2021г Приказ №253 ОДО от 25.05.2021  
**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня**  
**(холодный период года) дошкольный возраст 3-4 года**

<b>младшая группа</b>	
<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
<b>Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика</b>	<b>7.00-8.30</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.30-9.00</b>
<b>Игры, подготовка к организованной образовательной деятельности</b>	<b>9.00-9.15</b>
<b>Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)</b>	<b>9.15-9.30</b> <b>9.45-10.00</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>10.00-10.10</b>
<b>Игры, подготовка к прогулке</b>	<b>10.10-10.15</b>
<b>Прогулка, возвращение с прогулки</b>	<b>10.15-12.15</b>
<b>Подготовка к обеду</b>	<b>12.15-12.30</b>
<b>Обед</b>	<b>12.30-12.45</b>
<b>Дневной сон</b>	<b>12.45.-15.15</b>
<b>Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры</b>	<b>15.15-15.45</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.45-16.00</b>
<b>Музыкальный досуг (среда)</b>	<b>16.00- 16.15</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность</b>	<b>16.15-16.30</b>
<b>Подготовка к прогулке</b>	<b>16.30-16.50</b>
<b>Прогулка</b>	<b>16.50- 18.40</b>
<b>Игры, совместная самостоятельная деятельность взрослого и ребенка, студии, Уход домой</b>	<b>До 19.00</b>

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(холодный период года) дошкольный возраст 4-5 лет**

<b>средняя группа</b>	
<b>Режимные моменты</b>	<b>время</b>
<b>Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика</b>	<b>7.00-8.30</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.30-9.00</b>
<b>Игры, подготовка к организованной образовательной деятельности</b>	<b>9.00-9.15</b>
<b>Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)</b>	<b>9.15-9.35 9.40-10.00</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>10.00-10.10</b>
<b>Игры, подготовка к прогулке</b>	<b>10.10-10.20</b>
<b>Прогулка, возвращение с прогулки</b>	<b>10.20-12.20</b>
<b>Подготовка к обеду</b>	<b>12.20-12.30</b>
<b>Обед</b>	<b>12.30-12.40</b>
<b>Дневной сон</b>	<b>12.40-15.10</b>
<b>Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры</b>	<b>15.10-15.40</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.40-16.00</b>
<b>Музыкальный досуг (понедельник)</b>	<b>16.00-16.20</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность</b>	<b>16.20-16.40</b>
<b>Подготовка к прогулке</b>	<b>16.40-17.00</b>
<b>Прогулка</b>	<b>17.00- 18.45</b>
<b>Игры, совместная деятельность взрослого и ребенка, студии, уход домой</b>	<b>До 19.00</b>

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(теплый период года) дошкольный возраст 3-4 года**

<b>младшая группа</b>	
<b>Режимные моменты</b>	<b>время</b>
<b>Утренний прием на воздухе, игры</b>	<b>7.00-8.20</b>
<b>Утренняя гимнастика на воздухе, оздоровительный бег</b>	<b>8.20-8.30</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.30-9.00</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность</b>	<b>9.00-9.30</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>9.30-9.40</b>
<b>Подготовка к прогулке.</b>	<b>9.40-9.50</b>
<b>Прогулка. Совместная образовательная деятельность на воздухе («физкультура» или «музыка») Закаливающие мероприятия (солнечные, воздушные ванны)</b>	<b>9.50-12.00</b>
<b>Гигиенические процедуры, подготовка к обеду</b>	<b>12.00-12.15</b>
<b>Обед</b>	<b>12.15-12.45</b>
<b>Дневной сон</b>	<b>12.45.-15.15</b>
<b>Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность</b>	<b>15.15-15.45</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.45-16.10</b>
<b>Совместная образовательная деятельность (в хорошую погоду на прогулке)</b>	<b>16.10-16.30</b>
<b>Подготовка к прогулке Прогулка</b>	<b>16.30-19.00</b>
<b>Игры, совместная деятельность взрослого и ребенка, студии. Уход домой</b>	<b>до 19.00</b>

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(теплый период года) дошкольный возраст 4-5 лет**

<b>средняя группа</b>	
<b>Режимные моменты</b>	<b>время</b>
<b>Утренний прием на воздухе, игры</b>	<b>7.00-8.20</b>
<b>Утренняя гимнастика на воздухе, оздоровительный бег</b>	<b>8.20-8.30</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.30-9.00</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность</b>	<b>9.00-9.30</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>9.30-9.40</b>
<b>Подготовка к прогулке.</b>	<b>9.40-9.50</b>
<b>Прогулка. Совместная образовательная деятельность на воздухе («физкультура» или «музыка») Закаливающие мероприятия (солнечные, воздушные ванны)</b>	<b>9.50-12.00</b>
<b>Гигиенические процедуры, подготовка к обеду</b>	<b>12.00-12.15</b>
<b>Обед</b>	<b>12.15-12.45</b>
<b>Дневной сон</b>	<b>12.45-15.15</b>
<b>Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры</b>	<b>15.15-15.45</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.45-16.10</b>
<b>Самостоятельная деятельность (в хорошую погоду на прогулке)</b>	<b>16.10-16.30</b>
<b>Подготовка к прогулке Прогулка</b>	<b>16.30-19.00</b>
<b>Игры, совместная деятельность взрослого и ребенка, студии. Уход домой</b>	<b>до 19.00</b>

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(холодный период года) 5-6 лет старшая группа**

<b>Режимные моменты</b>	<b>время</b>
<b>Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика</b>	<b>7.00-8.30</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.30-9.00</b>
<b>Непрерывная образовательная деятельность</b>	<b>9.00-9.25</b> <b>перерыв 10 мин</b> <b>9.35-10.00</b> <b>перерыв 10 мин</b> <b>10.10-10.35</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>10.35-10.45</b>
<b>Подготовка к прогулке</b> <b>Прогулка, возвращение с прогулки</b>	<b>10.45-11.00</b> <b>11.00-12-30</b>
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>12.30-12.45</b>
<b>Дневной сон</b>	<b>12.45-15.15</b>
<b>Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры</b> <b>Самостоятельная деятельность</b>	<b>15.15-15.45</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.45-16.00</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность, студии</b> <b>Музыкальный досуг (среда)</b>	<b>16.00-16.20</b> <b>16.20-16.45</b>
<b>Подготовка к прогулке</b> <b>Прогулка</b>	<b>16.45-17.00</b> <b>17.00-18.50</b>
<b>Игры, совместная деятельность взрослого и ребенка, студии.</b> <b>Уход детей домой.</b>	<b>До 19.00</b>

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(теплый период года) 5-6 лет старшая группа**

<b>Режимные моменты</b>	<b>время</b>
<b>Утренний прием, игры</b>	<b>7.00-8.30</b>
<b>Утренняя гимнастика на воздухе, оздоровительный бег</b>	<b>8.30-8.45</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.45-9.00</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность</b>	<b>9.00-9.40</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>9.40-9.50</b>
<b>Игры, подготовка к прогулке</b>	<b>9.50-10.00</b>
<b>Прогулка Совместная образовательная деятельность на воздухе («физкультура» или «музыка»), закаливающие процедуры (солнечные и воздушные ванны)</b>	<b>10.00-12.30</b>
<b>Подготовка к обеду Обед</b>	<b>12.30-12.40 12.40-12.50</b>
<b>Дневной сон</b>	<b>12.50-15.20</b>
<b>Постепенный подъем, гигиенические и закал. процедуры, самостоятельная деятельность</b>	<b>15.20-15.45</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.45-16.00</b>
<b>Совместная образовательная деятельность (в хорошую погоду на прогулке)</b>	<b>16.00-16.30</b>
<b>Подготовка к прогулке Прогулка</b>	<b>16.30-19.00</b>
<b>Игры, совместная деятельность взрослого и ребенка, студии. Уход детей домой</b>	<b>до 19.00</b>

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(холодный период года) 6-7 лет подготовительная группа**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
<b>Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика</b>	<b>7.00 - 8.30</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.30 - 8.50</b>
<b>Непрерывная образовательная деятельность</b>	<b>9.00 - 9.30 перерыв 10 мин 9.40 -10.10 перерыв 10 мин 10.20 -10.50</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>10.50 – 11.00</b>
<b>Прогулка, возвращение с прогулки</b>	<b>11.00 - 12.40</b>
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>12.40-12.50</b>
<b>Дневной сон</b>	<b>12.50 - 15.10</b>
<b>Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры Самостоятельная деятельность</b>	<b>15.10 - 15.40</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.40 - 16.00</b>
<b>Игры, студии, самостоятельная деятельность Музыкальный досуг (понедельник)</b>	<b>16.00 -16.25 16.25 - 16.55</b>
<b>Подготовка к прогулке Прогулка</b>	<b>16.55 - 17.00 17.00 - 18.50</b>
<b>Игры, совместная деятельность взрослого и ребенка, студии, уход детей домой</b>	<b>До 19.00</b>



**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(теплый период года) 6-7 лет подготовительная группа**

<b>Режимные моменты</b>	<b>время</b>
<b>Утренний прием, игры</b>	<b>7.00-8.30</b>
<b>Утренняя гимнастика на воздухе, оздоровительный бег</b>	<b>8.30-8.45</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.45-9.00</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность</b>	<b>9.00-9.40</b>
<b>Второй завтрак</b>	<b>9.40-9.50</b>
<b>Подготовка к прогулке</b>	<b>9.50-10.00</b>
<b>Прогулка</b>	<b>10.00- 12.30</b>
<b>Совместная образовательная деятельность на воздухе («физкультура» или «музыка»), закаливающие процедуры (солнечные и воздушные ванны)</b>	
<b>Подготовка к обеду,</b>	<b>12.30-12.40</b>
<b>обед</b>	<b>12.40-12.50</b>
<b>Дневной сон</b>	<b>12.50-15.20</b>
<b>Постепенный подъем, гигиенические и закал. процедуры, самостоятельная деятельность</b>	<b>15.20-15.45</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.45-16.00</b>
<b>Совместная образовательная деятельность</b>	<b>16.00-16.30</b>
<b>Подготовка к прогулке</b>	<b>16.30-19.00</b>
<b>Прогулка</b>	
<b>Игры, совместная деятельность взрослого и ребенка, студии. Уход детей домой</b>	<b>до 19.00</b>