

**ПРИНЯТО:**

Педагогическим советом  
ГБДОУ детский сад №10  
Приморского района Санкт-Петербурга

Протокол №1 от 30.08.2024г.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Приказом № 35-Д от 30.08.2024  
ГБДОУ детского сада №10  
Приморского района  
Санкт-Петербурга

## РЕЖИМ ДНЯ детей средней группы на 2024-2025 учебный год

Прием детей, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7:00–8:20
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8:20–8:50
Подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Специально организованная образовательная деятельность (занятие)	9.00 – 9:20
Самостоятельная деятельность. Подвижная игра.	9.20 – 9.45
Специально организованная образовательная деятельность (занятие)	9.45 – 10.05
Второй завтрак. Подготовка к прогулке.	10.05 – 10.30
Прогулка	10.30 – 12.05
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры.	12.05 – 12.15
Подготовка к обеду, обед.	12.15 – 12.45
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушно – закаливающие процедуры, совместная игровая деятельность.	15.20 – 16.00
Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.20
Самостоятельная деятельность детей, игры	16.20 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой.	16.40 – 19.00

Режим дня в группе детей 4–5 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную длительность ежедневного пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.