ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 6A9C23EA2EA9071DFD81D9386BAFD9FEF057F30E
Владелец: Антоненкова Татьяна Николаевна
Действителен: с 09.02.2021 до 09.05.2022

«ПРИНЯТ»
Педагогическим советом
протокол № 4
от «31» мая 2017 г.

«УТВЕРЖДЕН»
приказ № 117
от «08» 06 2017 г.
Директор
_____
Т.Н. Антоненкова

ПОЛОЖЕНИЕ
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

ГБОУ прогимназия «Радуга» № 624
Адмиралтейского района Санкт – Петербурга

Режим пребывания детей в детском саду

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

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т.д.), т.к. чем ближе к индивидуальным особенностям режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность.

Режим дня скорректирован с учетом функционирования дошкольного учреждения.

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

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т.д.), т.к. чем ближе к индивидуальным особенностям режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность.

Режим дня скорректирован с учетом функционирования дошкольного учреждения.

Примерные варианты режимов дня в детском саду по группам

Щадящий режим дня
Для детей младшей группы

- Для детей после болезни
- В адаптационный период

Время	Режимные моменты
7.40-8.25	Приход в группу, игры, наблюдения, беды, дежурства, совместная деятельность
8.25-8.30	Утренняя гимнастика
8.30-8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55-9.10	Игры малой активности, подготовка к НОД
9.10-10.00	Организованные виды деятельности (НОД)
10.00-10.10	Второй завтрак
10.10-12.15	Подготовка к прогулке, прогулка (может быть заменена играми и другими видами детской деятельности в помещениях детского сада)
12.15-12.30	Возвращение с прогулки, игры (индивидуальная работа со специалистами)
12.30-12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50-15.20	Подготовка ко сну, сон
15.20-15.40	Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, игры
15.40-16.00	Подготовка к полднику, полдник
16.00-16.30	Игры, подготовка к индивидуальной деятельности
16.30-17.00	Совместная деятельность, игры
17.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка
19.00	Уход домой

Примерный режим дня
Для детей младшая группы

- В холодное время года

Время	Режимные моменты
7.00-8.25	Приход в группу, игры, наблюдения, беды, дежурства, совместная деятельность
8.25-8.30	Утренняя гимнастика
8.30-8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55-9.10	Игры малой активности, подготовка к НОД
9.20-10.00	Непосредственная образовательная деятельность (НОД)

10.00-10.10 10.10-12.15 12.15-12.30 12.30-13.00 13.00-15.00 15.00-15.30 15.40-16.00 16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-19.00 19.00	Второй завтрак Подготовка к прогулке, прогулка (может быть заменена играми и другими видами детской деятельности в помещениях детского сада) Возвращение с прогулки, игры (индивидуальная работа со специалистами) Подготовка к обеду, обед Подготовка ко сну, сон Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, игры Подготовка к полднику, полдник Игры, подготовка к индивидуальной, овместной деятельности Организованная детская деятельность, индивидуальная деятельность, совместная деятельность,игры Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой

Примерный режим дня
Для детей младшей группы

- В тёплое время года

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.25 8.25 – 8.55 8.55 –10.00 10.00 - 10.10 10.10 – 11.35 11.35 – 12.30 12.30 – 13.00 13.00 – 15.00 15.00 – 15.15 15.15 – 15.45 15.45 – 17.00 17.00 – 18.30 18.30 – 19.00	Приём и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак Игры, подготовка к прогулке Второй завтрак Совместная деятельность,игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры(на участке) Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры Подготовка к обеду, обед Подготовка ко сну, дневной сон Подъём детей, игры Подготовка к полднику, полдник Игры, индивидуальная , совместная деятельность Прогулка Возвращение с прогулки, игры, уход домой

Щадящий режим дня
Для детей средней группы

- Для детей после болезни
- В адаптационный период

Время	Режимные моменты
7.40-8.25 8.25-8.30 8.30-8.55 8.55-9.10 9.10-10.00 10.00-10.10 10.10-12.15 12.15-12.30 12.30-12.50 12.50-15.00 15.00-15.40 15.40-16.00 16.00-17.00 17.00-19.00 19.00	Приход в группу, игры, наблюдения, беды, дежурства, совместная деятельность Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак Игры малой активности, подготовка к НОД НОД Второй завтрак Подготовка к прогулке, прогулка (может быть заменена играми и другими видами детской деятельности в помещениях детского сада) Возвращение с прогулки, игры (индивидуальная работа со специалистами) Подготовка к обеду, обед Подготовка ко сну, сон Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, игры Подготовка к полднику, полдник Игры, индивидуальная , совместная деятельность Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой

Примерный режим дня
Для детей средней группы

- В холодное время года

Время	Режимные моменты
7.00-8.25 8.25-8.30 8.30-8.55 8.55-9.00 9.20-10.00	Приход в группу, игры, наблюдения, беды, дежурства, совместная деятельность Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак Игры малой активности, подготовка к НОД НОД

10.00-10.10 10.10-12.15 12.15-12.30 12.30-13.00 13.00-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-17.00 17.00-19.00 19.00	Второй завтрак Подготовка к прогулке, прогулка (может быть заменена играми и другими видами детской деятельности в помещениях детского сада) Возвращение с прогулки, игры (индивидуальная работа со специалистами) Подготовка к обеду, обед Подготовка ко сну, сон Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, игры Подготовка к полднику, полдник Организованная детская деятельность (возможно НОД), индивидуальная деятельность, совместная деятельность,игры Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой

Примерный режим дня
Для детей средней группы

- В тёплое время года

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.25 8.25 – 8.55 8.55 – 10.00 10.00 – 10.10 10.10 – 12.00 12.00 -12.30 12.30 – 13.00 13.00 – 15.00 15.00 – 15.15 15.15 – 15.45 15.45 – 17.00 17.00 – 19.00 19.00	Приём и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак Игры малой активности Второй завтрак Совместная деятельность(на участке),игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры Подготовка к обеду, обед Подготовка ко сну, дневной сон Подъём детей, игры Подготовка к полднику, полдник Организованная детская деятельность, индивидуальная деятельность, совместная деятельность,игры Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой

Щадящий режим дня
Для детей старшей группы

- Для детей после болезни
- В адаптационный период

Время	Режимные моменты
7.40-8.25 8.25-8.30 8.30-8.55 8.55-9.00 9.00-11.00 10.00-10.10 11.00-12.20 12.20-12.30 12.30-12.55 12.55-15.00 15.00-15.30 15.30-15.45 15.45-16.10 16.10-17.00 17.00-19.00 19.00	Приход в группу, игры, наблюдения, беды, дежурства, совместная деятельность Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак Игры малой активности, подготовка к НОД НОД, индивидуальная деятельность Второй завтрак Подготовка к прогулке, прогулка (может быть заменена играми и другими видами детской деятельности в помещениях детского сада) Возвращение с прогулки, игры Подготовка к обеду, обед Подготовка ко сну, сон Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, игры Подготовка к полднику, полдник Игры, подготовка к индивидуальной деятельности, НОД НОД, индивидуальная деятельность, совместная деятельность, игры Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой

Примерный режим дня
Для детей старшей группы

- В холодное время года

Время	Режимные моменты
7.00-8.25 8.25-8.30 8.30-8.55 8.55-9.00	Приход в группу, игры, наблюдения, беды, дежурства, совместная деятельность Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак Игры малой активности, подготовка к НОД

9.00-11.00 10.00 -10.10 11.00-12.30 12.30-12.40 12.40-13.10 13.10-15.00 15.00-15.25 15.25-15.40 15.40-17.00 17.00-19.00 19.00	НОД Второй завтрак Подготовка к прогулке, прогулка (может быть заменена играми и другими видами детской деятельности в помещениях детского сада) Возвращение с прогулки, игры Подготовка к обеду, обед Подготовка ко сну, сон Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, игры Подготовка к полднику, полдник НОД, индивидуальная деятельность, совместная деятельность,игры Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой

Примерный режим дня
Для детей старшей группы

- В тёплое время года

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.35 8.35 – 9.00 9.00 – 10.00 10.00 – 10.10 10.10 – 12.15 12.15 -12.30 12.30 – 13.00 13.00 – 15.00 15.00 – 15.20 15.20 – 15.45 15.45 – 17.00 17.00 – 19.00 19.00	Приём и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак Игры, подготовка к прогулке Второй завтрак Совместная деятельность (на участке),игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры Подготовка к обеду, обед Подготовка ко сну, дневной сон Подъём детей, игры Подготовка к полднику, полдник Индивидуальная деятельность, совместная деятельность,игры Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой

Щадящий режим дня
Для детей подготовительной группы

- Для детей после болезни
- В адаптационный период

Время	Режимные моменты
7.40-8.25 8.25-8.30 8.30-8.55 8.55-9.00 9.00-11.00 10.00 – 10.10 11.00-12.20 12.20-12.30 12.30-12.55 12.55-15.10 15.10-15.30 15.30-15.45 15.45-16.10 16.10-17.00 17.00-19.00 19.00	Приход в группу, игры, наблюдения, дежурство, совместная деятельность Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак Игры малой активности, подготовка к НОД НОД Второй завтрак Подготовка к прогулке, прогулка (может быть заменена играми и другими видами детской деятельности в помещениях детского сада) Возвращение с прогулки, игры Подготовка к обеду, обед Подготовка ко сну, сон Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, игры Подготовка к полднику, полдник Игры, индивидуальная деятельность НОД, индивидуальная деятельность,совместная деятельность, игры Подготовка к прогулке, прогулка Уход домой

Примерный режим дня
Для детей подготовительной группы

- В холодное время года

Время	Режимные моменты
7.00-8.25 8.25-8.30 8.30-8.55 8.55-9.00 9.00-11.00	Приход в группу, игры, наблюдения, дежурство, совместная деятельность Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак Игры малой активности, подготовка к НОД Организованные виды деятельности (занятия)

10.00-10.10	Второй завтрак
11.00-12.35	Подготовка к прогулке, прогулка (может быть заменена играми и другими видами детской деятельности в
12.35-12.45	помещениях детского сада)
12.45-13.10	Возвращение с прогулки, игры
13.10-15.00	Подготовка к обеду, обед
15.00-15.25	Подготовка ко сну, сон
15.25-15.40	Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, игры
15.40-16.00	Подготовка к полднику, полдник
16.00-17.00	Игры, индивидуальная деятельность
17.00-19.00	НОД, индивидуальная деятельность,совместная деятельность, игры
19.00	Подготовка к прогулке, прогулка
	Уход домой

Примерный режим дня

Для детей подготовительной группы

- В тёплое время года

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.35	Приём и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика
8.35 – 9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00 – 10.00	Игры, подготовка к прогулке
10.00 – 10.10	Второй завтрак
10.10 – 12.15	Совместная деятельность (на участке),игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры
12.15 – 12.30	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры
12.30 – 13.00	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00 – 15.20	Подъём детей, игры
15.20 – 15.45	Подготовка к полднику, полдник
15.45 – 17.00	Игры, совместная деятелоьность
17.00 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка
19.00	Уход домой

Режим пребывания детей в начальной школе

Режим работы – пятидневная учебная неделя

В соответствии с учебным планом устанавливается следующая продолжительность учебного года:

- I класс – 33 учебные недели;
- II - IV классы –34 учебных недель.

Расписание звонков:

Время	***I классы с сентября по декабрь***
8-45	Радиолинейка, утренняя зарядка
9.00 – 9.35	1 - ый урок
9.35 – 10.00	Перемена. (завтрак)
10.00 – 10.35	2 – ой урок
10.35 - 11.15	Перемена. Прогулка.
11.15 – 11.50	3 - ий урок
11.50 – 12.10	Перемена.
12.10 – 12.45	4 – ый урок
12.45 – 13.00	Перемена (обед)
13.00 – 13.35	5 урок (1 раз в неделю)

Время	***II – IV классы и (I классы с января по май)***
8.45	Радиолинейка, утренняя зарядка
9.00 – 9.45	1- ый урок
9.45 – 10.00	Перемена.
10.00 –10.45	2– ой урок
10.45 – 11.00	Перемена.
11.00 – 11.45	3- ий урок
11.45 – 12.00	Перемена.
12.00 – 12.45	4– ый урок
12.45 – 13.00	Перемена
13.00 – 13.45	5- ый урок

Режим ГПД I-ых классов

12.45 ч –15.00 ч (пн.-чт.) - обед, прогулка, сон, полдник
(13.35 ч – 15.00 ч - обед, прогулка, полдник) – 1 раз в неделю, по пятницам
15.00 ч – 17.30 ч - занятия по интересам в системе внеурочной деятельности и ДО
17.30 ч – окончание работы классов полного дня
17.30 ч – 19.10 ч – сводная группа продлённого дня: тихие игры, занятия по интересам в системе внеурочной деятельности и ДО, прогулка, уход домой

Режим ГПД II – IV классов

13.45 ч – 15.00 ч - обед, прогулка
15.00 ч – 16.40 ч - внеурочная деятельность, занятия в системе ДО, в ГПД самоподготовка
16.40 ч – окончание работы классов полного дня
16.40 ч – 19. 10 ч – сводные группы продлённого дня, внеурочная деятельность, занятия в системе ДО, тихие игры, прогулка

Время занятий в ОДОД и системе внеурочной деятельности и ДО

13.45 - 15.00, динамическая пауза

1-ое занятие - 15.00 – 15.50
2-е занятие - 15.50 – 16.40
3-ое занятие - 16.40 – 17.30
4-ое занятие – 17.30 – 18.20
5-ое занятие – 18.20 - 19.00