

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 103
комбинированного вида Фрунзенского района Санкт – Петербурга

ПРИНЯТО:

На Педагогическом совете
Протокол № 1 от "29" августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 209-ОД от "29" августа 2025 г.
Заведующий ГБДОУ № 103
Я.Ю. Позднякова

**Режимы пребывания детей второй младшей группы 1 «Солнышки»
ГБДОУ детского сада № 103 Фрунзенского района СПб на 2025-2026
учебный год (режим работы 12 часов):**

1. Режим пребывания детей на холодный период (приложение № 1)
2. Режим пребывания детей (шадающий) (приложение № 2)
3. Режим пребывания детей (при карантине) (приложение № 3)
4. режим пребывания детей на теплый период (приложение № 4)
5. Двигательный режим (приложение №5)

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ 1 «Солнышки»
На холодный период 2025-2026 учебного года (режим работы 12 часов)

Мероприятия	Время
Приём детей, осмотр. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Совместная деятельность педагогов с детьми. Индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика с использованием упражнений на дыхание	8.10 – 8.20
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку	8.20 – 8.35
1-ый завтрак	8.35 -8.50
Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми.	8.50 -9.00
Занятие	9.00- 9.15
Перерыв между занятиями (подвижные игры, физ. упражнения и др.)	9.15 – 9.30
Занятие	9.30 – 9.45
Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми.	9.45 – 10.35
2-ой завтрак	10.35 – 10.45
Подготовка к прогулке, прогулка	10.45 – 11.45
Возвращение с прогулки	11.45 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.25
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25 – 15.00
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, закаливание	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник, полоскание полости рта	15.30 – 15.50
Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми.	15.50 – 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	16.35 – 19.00

**РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ 1 «Солнышки»
(шадающий)
на холодный период 2025-2026 учебного года (режим работы 12 часов)**

Мероприятия	Время
Приём детей, осмотр. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Совместная деятельность педагогов с детьми. Индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика с использованием упражнений на дыхание.	8.10 – 8.20
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку	8.20 – 8.35
1-ый завтрак	8.35 -8.50
Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми. Подготовка к занятиям	8.50 -9.00
Занятие	9.00 - 9.15
Перерыв между занятиями (подвижные игры малой подвижности и др.).	9.15 – 9.30
Занятие	9.30 – 9.45
Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми	9.45 -10.35
2-ой завтрак.	10.35 – 10.45
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.45 – 11.45
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.45 – 12.00
Подготовка к обеду, обед.	12.00 – 12.25
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.25 – 15.10
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика.	15.10 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми.	15.50 – 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	16.35 – 19.00

- Освобождение от проведения закаливающих процедур, от видов совместной с педагогом деятельности с большой двигательной активностью, индивидуально по рекомендации врача.
- Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребенка в течение дня.
- Пролонгированный сон.

Режим разработан в соответствии с: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32; СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2

**РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ 1 «Солнышки»
(при карантине)
на холодный период 2025-2026 учебного года (режим работы 12 часов)**

Мероприятия	Время
Приём детей, осмотр. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, коммуникативная, музыкальная и др.). Совместная деятельность педагогов с детьми. Индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика с использованием упражнений на дыхание.	8.10 – 8.20
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку.	8.20 – 8.35
1-ый завтрак	8.35 -8.50
Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми. Подготовка к занятиям	8.50 -9.00
Занятие	9.00 -9.15
Динамическая пауза, игры	9.15 – 9.25
Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Спокойные игры.	9.25 -10.35
2-ой завтрак.	10.35 – 10.45
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.45 – 11.45
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.45 – 12.00
Подготовка к обеду, обед.	12.00 – 12.25
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.25 – 15.15
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика.	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник, полоскание полости рта.	15.30 – 15.50
Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми.	15.50 – 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.20– 18.20
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, коммуникативная, музыкальная и др.). Индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.	18.20 – 19.00

- Прекращается контакт с другими группами;
- Частое проветривание;
- Совместная деятельность с детьми проводится в группе;
- Проводится тщательный осмотр детей утром, перед сном, после сна и по необходимости чаще.

Режим разработан в соответствии с: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32; СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2

**РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ 1 «Солнышки»
на теплый период 2024-2025 учебного года (режим работы 12 часов)**

На солнечную погоду		На дождливую погоду
Приём детей на улице, осмотр, опрос родителей о состоянии здоровья ребёнка. Совместная игровая, художественная, познавательная деятельность с детьми. Утренняя гимнастика. Культурно-гигиенические навыки. Дежурства.	7.00 – 8.35	Приём детей в группе, осмотр, опрос родителей о состоянии здоровья ребёнка. Совместная игровая, художественная, познавательная деятельность с детьми. Утренняя гимнастика. Культурно-гигиенические навыки. Дежурства.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50	=
Коммуникативные игры. Совместная деятельность детей и педагога. Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	8.50 – 9.50	=
Совместная деятельность с инструктором по физ.культуре, с музыкальным руководителем (согласно расписания) Деятельность с детьми в индивидуальной форме. Второй завтрак Сбор на прогулку, прогулка	9.50 – 10.30 10.30-10.35 10.35 – 10.45 10.45 -11.45	Самостоятельная деятельность по интересам Совместно с воспитателем: игровая, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование, чтение и рассказывание детям, показ кукольных спектаклей и др.;
Возвращение с прогулки, водные процедуры. Чтение и рассказывание детям.	11.45 – 12.00	индивидуальная работа по развитию движений. Деятельность в физкультурном и музыкальном залах (по расписанию).
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.25	=
Подготовка ко сну, сон	12.25 – 15.00	=
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, закаливание	15.00 – 15.30	=
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50	=
Самостоятельная и совместная с воспитателем деятельность: Подготовка к прогулке, прогулка: беседы-инструктажи по безопасности поведения игровая, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование и др. Деятельность с детьми в индивидуальной форме. Уход домой.	15.50 – 19.00	Самостоятельная и совместная с воспитателем деятельность: игровая, изобразительная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, конструирование и др. Деятельность с детьми в индивидуальной форме. Уход домой.

Режим разработан в соответствии с: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32; СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2

**РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ 1 «Солнышки»
двигательный 2025-2026 учебного года (режим работы 12 часов)**

№ п/п	Виды детской двигательной активности	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам
		2 Младшая группа (3-4 года)
1.	Физкультурно-оздоровительная работа	
1.1.	Игры малой подвижности во время утреннего приёма детей	Ежедневно 3-5 мин.
1.2.	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.
1.3.	Физкультминутки (по необходимости)	Ежедневно 2-3 мин.
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Утром 15-20 мин. Вечером 10 мин.
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Вечером 15 мин.
1.6.	Индивидуальная работа в группе	Ежедневно 10 мин.
1.7.	Оздоровительный бег	-
1.8.	Бодрая гимнастика после сна	Ежедневно 3-5 мин.
2.	Организованная - образовательная деятельность	
2.1.	Физкультура Развитие движений	2 р. в нед. по 15 мин. 1 р. на улице 15 мин.
2.2.	Музыка	2 р. в нед. по 15 мин.
3.	Физкультурно-массовая работа	
3.1.	Физкультурные праздники	1 р. в год 15- 20 мин.
3.2.	Физкультурный досуг	2 р. в мес. 15 мин.
3.3.	Неделя Здоровья	1 р. в полгода
4.	Самостоятельная двигательная деятельность (в группе и на прогулках). Ежедневно. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей.	
5.	Совместная деятельность с родителями 2-3 р. в год 25 мин.	
	Итого в день (мин.)	76 - 80

В день не менее 50% всего объёма суточной двигательной активности

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учётом состояния здоровья детей, их возрастным возможностям и сезонами года.