

**ГБДОУ детский сад № 145 Центрального района СПб**  
**Корпус № 2 (наб. Обводного канала д.71 лит.А)**

**УТВЕРЖДЕН**

приказом заведующего  
ГБДОУ детским садом № 145  
Центрального района СПб

\_\_\_\_\_ Л.Р. Березин

Приказ от **26.08.2025** № **52-ОД**

**Режим дня в подготовительной группе обучающихся с ТНР «Лукоморье»**  
**в 2025-2026 учебном году**  
(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 31 мая)

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками, «Утренний круг». Артикуляционная и пальчиковая гимнастика.	<b>08.00 - 08.20</b>	<b>20 мин</b>
Утренняя зарядка.	<b>08.20 - 8.30</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	<b>08.30 - 08.55</b>	<b>25 мин</b>
Игры. Подготовка к занятиям.	<b>08.55 - 09.00</b>	<b>5 мин</b>
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерывы между занятиями – не менее 10 мин. /Индивидуальные и подгрупповые занятия со специалистами с 9.00 до 12.00/	<b>09.00 – 11.10</b>	<b>90 мин</b>
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания	<b>11.10 – 11.20</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	<b>11.20 – 12.25</b>	<b>1ч 5 мин</b>
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.	<b>12.25 – 12.35</b>	<b>10 мин</b>
Обед	<b>12.35 - 12.45</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка ко сну, дневной сон.	<b>12.45 – 15.15</b>	<b>2ч 30 мин</b>
Постепенный подъём, корригирующая гимнастика, воздушные ванны.	<b>15.15 - 15.25</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.25 - 15.40</b>	<b>15 мин</b>
Индивидуальная коррекционная работа с детьми. Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы	<b>15.40 – 16.25</b>	<b>45 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	<b>16.25 - 18.00</b>	<b>1ч 35 мин</b>