

**ГБДОУ детский сад № 145 Центрального района СПб
Корпус № 5 (наб. Обводного канала д.69 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 старшей группе обучающихся с ТНР «Теремок»
в 2025-2026 учебном году**

(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 31 мая)

Вид деятельности в режиме дня	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками, «Утренний круг». Артикуляционная и пальчиковая гимнастика.	08.00 - 08.20	20 мин
Утренняя зарядка.	08.20 - 8.30	10 мин
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	08.30 - 08.55	25 мин
Игры. Подготовка к занятиям.	08.55 - 09.00	5 мин
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерыв между занятиями – 10 мин. /Индивидуальные и подгрупповые занятия со специалистами с 9.00 до 12.00/	09.00 – 10.00	50 мин
Свободная игра. Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность детей со сверстниками.	10.00 - 10.20	20 мин
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания	10.20 - 10.40	20 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	10.40 – 12.20	1ч 40 мин
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Дежурство.	12.20 – 12.30	10 мин
Обед	12.30 - 12.45	15 мин
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.45 – 15.15	2ч 30 мин
Постепенный подъём, корректирующая гимнастика, воздушные ванны.	15.15 - 15.25	10 мин
Подготовка к полднику. Полдник.	15.25 - 15.40	15 мин
Занятие. Организованная детская деятельность. /3-е занятие в день по расписанию/	15.40 – 16.05	25 мин
Индивидуальная коррекционная работа с детьми. Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы	16.05 - 16.40	35 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	16.40 - 18.00	1ч 20 мин