

**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, коррегирующая 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 |