

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад  
№123 пристра и оздоровления Центрального района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТ:**

решением Педагогического совета  
ГБДОУ детский сад №123 пристра и  
оздоровления Центрального района СПб  
Протокол №1 от 31.08.2026

**УТВЕРЖДЕН:**

заведующий ГБДОУ детский сад №123  
пристра и оздоровления  
Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_ Захарина Е.Ю.  
Приказ от 08/09/2026 № 283

с учётом мнения Совета родителей  
ГБДОУ детский сад № 123  
Центрального района Санкт-Петербурга  
протокол от 31.05. 2026 г. № 1

**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ воспитанников  
при организации образовательно-воспитательного  
процесса по реализации образовательной программы до-  
школьного образования в ГБДОУ детский сад №123  
пристра и оздоровления Центрального района Санкт-  
Петербурга на 2026 / 2027 учебный год**

Санкт-Петербург,

2026 г.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий**

**08.09.26** 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

## Пояснительная записка

### 1. Общие положения.

1.1. Режим занятий воспитанников ГБДОУ детский сад №123 присмотра и оздоровления Центрального района СПб (далее по тексту – Режим) является локальным нормативным актом образовательного учреждения по основным вопросам организации и осуществления образовательной деятельности:

- последовательность временного распределения основных организационных периодов образовательной деятельности в течении установленной продолжительности учебного года,
- организацию и основные условия занятий,
- режима питания и гигиены в течении режима работы образовательного учреждения,
- гигиенические и санитарно-эпидемиологические требования, соответствующие показателям организации образовательного процесса

1.2. Режим занятий воспитанников формируется в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в последней редакции);
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 (далее - ФГОС ДО);
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной Министерством просвещения РФ от 25.11.2022 № 1028 (далее - ФОП ДО);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 (в последней редакции);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02 июня 2026 г. N 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 02 июня 2026 г., регистрационный N 86855);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный N 62297) в редакции от 16.12.2024;

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Уставом ГБДОУ №123  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

1.3. Режим устанавливает и детализирует последовательность временного распределения основных организационных периодов в соответствии с показателями организации образовательного процесса в режиме полного дня (12-ти часового пребывания) работы образовательного учреждения и графиком работы образовательного учреждения по пятидневной рабочей неделе (понедельник, вторник, среда, четверг, пятница).

1.4. Корректировка Режима осуществляется ежегодно на начало учебного года. Режим публикуется на сайте образовательного учреждения в сети Интернет, в разделе ОБРАЗОВАНИЕ, подраздел «о методических и иных документах, разработанных образовательной организацией для обеспечения образовательного процесса в виде электронного документа».

1.5. Режим принимается на заседании Педагогического Совета образовательного учреждения с учётом мнения Совета родителей и утверждается приказом заведующего образовательным учреждением ежегодно перед началом учебного года и размещается на информационных стендах образовательного учреждения в каждом инфраструктурном объекте образовательного учреждения и официальном сайте образовательного учреждения в сети Интернет

## 2. Показатели организации образовательного процесса.

2.1. При разработке Режима используются основные и дополнительные показатели организации образовательного процесса.

2.1.1. В Режиме используются основные показатели организации образовательного процесса образовательного учреждения, работающего в полном режиме дня (12-ти часового пребывания):

| Показатель                                                                                                                                                                          | Возраст              | Норматив                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------|
| Продолжительность ночного сна, не менее                                                                                                                                             | 1 - 3 года           | 12,0 ч                              |
|                                                                                                                                                                                     | 4 - 7 лет            | 11,0 ч                              |
| Продолжительность дневного сна, не менее                                                                                                                                            | 1 - 3 года           | 3,0 ч                               |
|                                                                                                                                                                                     | 4 - 7 лет            | 2,5 ч                               |
| Продолжительность прогулок, не менее                                                                                                                                                | для детей до 7 лет   | 3 ч/день                            |
| Суммарный объем двигательной активности, не менее                                                                                                                                   | все возраста         | 1,0 ч/день                          |
| не менее                                                                                                                                                                            |                      | Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор" |
| Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 123 присмотра и оздоровления Центрального района Санкт-Петербурга, Захарина Елена Юрьевна, Заведующий | 08.09.26 17:10 (MSK) | 7-1 00 мин                          |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 123 присмотра и оздоровления Центрального района Санкт-Петербурга, Захарина Елена Юрьевна, Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

7-1 00 мин

|                                               |          |         |
|-----------------------------------------------|----------|---------|
| Утренняя зарядка, продолжительность, не менее | до 7 лет | 10 мин. |
|-----------------------------------------------|----------|---------|

2.1.2. В Режиме используются дополнительные показатели организации образовательного процесса, введенные образовательным учреждением и обязательные к соблюдению:

– нормативный показатель суммарной продолжительности периодов непрерывного бодрствования детей в режиме работы образовательного учреждения:

| Возраст    | Норматив |
|------------|----------|
| 1 - 3 года | 9 ч      |
| 4 - 7 лет  | 9,5 ч    |

– обязательность проведения прогулок в течение каждого периода бодрствования, суммарная дневная продолжительность которых должна составлять 3 часа в день (продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с);

– норматив дневной суммарной продолжительности самостоятельной деятельности обучающихся и совместной деятельности обучающихся с педагогами, для организации питания, личной гигиены, подготовки к образовательной деятельности, реализации образовательной деятельности в иных организационных формах (исключая занятия) и игры:

| Возраст       | Норматив в минутах/часах |              |
|---------------|--------------------------|--------------|
| от 1 до 3 лет | 340 минут                | 5,6 ч        |
| от 3 до 4 лет | 360 минут                | 6 ч          |
| от 4 до 5 лет | 350 минут                | 5,8 ч        |
| от 5 до 6 лет | 340/315 минут            | 5,6 ч/5,25 ч |
| от 6 до 7 лет | 300 минут                | 5 ч          |

– периоды бодрствования и сна – последовательность временного распределения образовательного процесса в режиме полного дня работы образовательного учреждения (12-ти часового)

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

| Периоды режима                                                    |               | Временные интервалы | Количество часов |
|-------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------|------------------|
| I период бодрствования                                            | от 1 до 3 лет | 7.00-12.30          | 5,5 ч            |
|                                                                   | от 3 до 7 лет | 7.00-13.00          | 6 ч              |
| Сон                                                               | от 1 до 3 лет | 12.30-15.30         | 3 ч              |
|                                                                   | от 3 до 7 лет | 13.00-15.30         | 2.5 ч            |
| II период бодрствования                                           | от 1 до 3 лет | 15.30 – 19.00       | 3,5 ч            |
|                                                                   | от 3 до 7 лет | 15.30 – 19.00       | 3,5 ч            |
| Общая продолжительность режима работы образовательного учреждения |               |                     | <b>12 часов</b>  |

### 3. Сроки и периоды реализации образовательного процесса.

| Показатель                                                                   | Организация, возраст                                                                                     |          | Норматив |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|
| 1                                                                            | 2                                                                                                        |          | 3        |
| Начало занятий, не ранее                                                     | все возрастные группы                                                                                    |          | 8:00     |
| Окончание занятий, не позднее                                                | при реализации образовательных программ дошкольного образования                                          |          | 17:00    |
|                                                                              | при реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций | до 7 лет | 19:30    |
| Перерыв между последним занятием) и началом дополнительных занятий, не менее |                                                                                                          |          | 20 мин   |
| Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более           | от 1,5 до 3 лет                                                                                          |          | 10 мин   |
|                                                                              | от 3 до 4 лет                                                                                            |          | 15 мин   |
|                                                                              | от 4 до 5 лет                                                                                            |          | 20 мин   |
|                                                                              | от 5 до 6 лет                                                                                            |          | 25 мин   |
|                                                                              | от 6 до 7 лет                                                                                            |          | 30 мин   |
| Продолжительность дневной суммарной образовательной                          | от 1,5 до 3 лет                                                                                          |          | 20 мин   |
|                                                                              | от 3 до 4 лет                                                                                            |          | 30 мин   |
|                                                                              | от 4 до 5 лет                                                                                            |          | 40 мин   |

Оператор 310 000 "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

|                                                             |               |                                                                |
|-------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------|
| нагрузки для детей дошкольного возраста, не более           | от 5 до 6 лет | 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна |
|                                                             | от 6 до 7 лет | 90 мин                                                         |
| Продолжительность перерывов между занятиями, не менее       | все возраста  | 10 мин                                                         |
| Моторная плотность занятий физической культуры, %, не менее |               | 70                                                             |

#### 4. Организация образовательного процесса в режиме дня и недели.

Организации образовательного процесса планируется в соответствии с режимом полного дня (12-ти часового пребывания) работы образовательного учреждения и графиком работы образовательного учреждения по пятидневной рабочей неделе (понедельник, вторник, среда, четверг, пятница).

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

# Режим пребывания воспитанников в ГБДОУ №123 Центрального района

| Группа                                       | Режимные моменты / Время                           |                                |                           |                                                    |                |                                 |                        |                          |                                        |                                                  |                                |                                                 |                                                                         |                                                   |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------|----------------|---------------------------------|------------------------|--------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|                                              | Прием, самостоятельная утренняя зарядка, дежурство | Подготовка к завтраку, завтрак | Оздоровительные процедуры | Самостоятельная деятельность./ Занятия             | Второй завтрак | Подготовка к прогулке, прогулка | Возвращение с прогулка | Подготовка к обеду, обед | Подготовка к дневному сну, дневной сон | Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, | Подготовка к полднику, Полдник | Самостоятельная и совместная деятельность, игры | Организованная образовательная деятельность (занятия), в том числе ДПОУ | Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой |
| <b>1 группа раннего возраста «Зайчата»</b>   | 7.00-8.00                                          | 8.00-9.00                      | 9.00-9.20                 | 9.20-9.30(1)<br>9.30-9.40(2)<br>9.40-10.00         | 10.00-10.10    | 10.10-11.30                     | 11.30-11.35            | 11.35-12.00              | 12.00-15.00                            | 15.00-15.15                                      | 15.15-15.30                    | 15.30-16.20                                     | 15.30-15.40(Д)<br>15.50-16.00(1)<br>16.00-16.10(2)                      | 16.20-19.00                                       |
| <b>2 группа раннего возраста «Смешарики»</b> | 7.00 – 8.05                                        | 8.05 – 8.50                    | 8.50 – 9.10<br>9.10-9.20  | 9.20-9.30 (1)<br>9.30 – 9.40 (2)<br>/9.40-9.55     | 9.55 - 10.05   | 10.05-11.25                     | 11.25-11.35            | 11.35-12.00              | 12.00-15.00                            | 15.00-15.15                                      | 15.15.-15.35                   | 15.40-16.10                                     | 15.40-15.50(1)<br>15.50-16.00(2)<br>16.00-16.10 (Д)                     | 16.15-19.00                                       |
| <b>2 группа раннего возраста «Ромашки»</b>   | 7.00 – 8.05                                        | 8.05 – 8.40                    | 8.40 – 9.00               | 9.00 – 9.15 (1)<br>9.15 – 9.30 (2)<br>9.30 – 10.00 | 10.00 – 10.10  | 10.10 – 11.40                   | 11.40 – 11.50          | 11.50 – 12.15            | 12.15 – 15.15                          | 15.15 – 15.25                                    | 15.25 – 15.40                  | 15.40-16.30                                     | 15.40 – 15.55(1)<br>15.55 – 16.10(2)<br>16.15-16.30(Д)                  | 16.30 – 19.00                                     |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

|                                                           |             |             |             |                                      |               |               |               |               |               |               |               |               |                  |               |
|-----------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|------------------|---------------|
| <b>Младшая группа «Пчелки»</b>                            | 7.00 – 8.15 | 8.15 – 8.50 | 8.50 - 9.00 | 9.00 – 9.15 / 9.15 – 9.50            | 9.50 – 10.00  | 10.00 – 12.00 | 12.00 – 12.10 | 12.10 – 12.40 | 12.40 - 15.15 | 15.15 – 15.30 | 15.30 – 15.50 | 15.50 - 16.25 | 15.50 – 16.05(Д) | 16.25 - 19.00 |
| <b>Средняя группа «Радуга»</b>                            | 7.00 – 8.25 | 8.25 – 8.50 | 8.50 – 9.00 | 9.00 – 9.20 / 9.30 – 9.50            | 9.50 – 10.00  | 10.00 - 12.15 | 12.15 - 12.25 | 12.25 – 12.45 | 12.45 – 15.15 | 15.15 – 15.25 | 15.25 – 15.50 | 15.50 - 16.35 | 16.15- 16.35(Д)  | 16.35 – 19.00 |
| <b>Старшая группа «Семицветики»</b>                       | 7.00 - 8.25 | 8.25- 8.50  | 8.50- 9.00  | 9.00- 9.35/ 9.35- 10.00 10.05- 10.30 | 10.00- 10.05  | 10.30- 12.10  | 12.10- 12.20  | 12.20- 12.45  | 12.45- 15.15  | 15.15- 15.25  | 15.25- 15.40  | 15.40- 16.40  | 16.15- 16.40(Д)  | 16.40- 19.00  |
| <b>Подготовительная к школе группа «Солнечные лучики»</b> | 7.00 - 8.30 | 8.30 – 8.50 | 8.50 – 9.00 | 9.00 – 9.30/ 9.40 - 11.10            | 10.10 – 10.20 | 10.50 – 12.30 | 12.30 – 12.35 | 12.35 – 12.50 | 12.50 – 15.20 | 15.20 – 15.25 | 15.25 – 15.40 | 15.40 – 16.55 | 16.25 – 16.55(Д) | 16.55 – 19.00 |

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

**08.09.26** 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

## Образовательная деятельность (занятия) в ГБДОУ № 123 на 2026 – 2027 уч. год

|             | «Зайчата»<br>1 группа рв                                                                                                             | «Смешарики»<br>2 группа рв                                                                                                                      | «Ромашки»<br>2 группа рв                                                                                                         | «Пчелки»<br>Младшая группа                                                                                                                                   | «Радуга»<br>Средняя группа                                                                                                                | «Семицветики»<br>Старшая группа                                                                                                               | «Солнечные лучики»<br>Подготовительная к школе группа                                                                                                   |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| понедельник | 1.Расширение ориентировки в окружающем (СКР)<br>9.20-9.30,9.30-9.40<br><i>Психолог 9.00-9.20</i><br><br>2.Музыкальное<br>16.15-16.25 | 1. Рисование (ХЭР)<br>9.20-9.30,9.30-9.40<br><br>Психолог 10.05-10.20<br><br>2.Музыкальное<br>15.55-16.05                                       | 1 Лепка/конструирование (через неделю) (ХЭР)<br>9.00-9.15, 9.15-9.30<br>Психолог 9.40-10.00<br><br>2. Музыкальное<br>16.35-16.50 | 1..Муз. развитие (ХЭР)<br>9.05-9.20<br><br>2 Р-к и окружающий мир (СКР)<br><br>9.25-9.40                                                                     | 1 Ребенок и окр. мир (ПР)<br>9.00-9.20<br><br>2. Муз. развитие 9.30-9.50                                                                  | 1.Развитие речи (ПР)<br>9.00-9.25<br>2.Лепка/аппликация (через неделю) (ХЭР) 9.30-9.55<br>3.Муз. развитие<br>10.00-10.25                      | 1. ФЭМП (ПР)<br>9.00-9.30<br>2.аппликация/Лепка (ХЭР) 9.40-10.10<br>3. Муз. развитие<br>10.35-11.05                                                     |
| Вторник     | Игры с дидактическим материалом (ПР)<br>9.00-9.10, 9.15-9.25<br><br>2. Развитие движений (ФР)<br>16.15-16.25                         | 1. . Развитие математических представлений (ПР)<br>9.40-9.50,9.50-10.00<br><br>2. Физич.культура<br>15.10-15.20                                 | 1. Развитие математических представлений (ПР)<br>9.00-9.15, 9.15-9.30<br><br>2.Физическое культура (ФР)<br>15.50-16.05           | 1. Физ. культура (рук.) 9.05-9.20<br><br>2. Развитие речи/Художественная литература<br>9.25-9.40<br><i>Психолог.-9.15-9.45</i><br><br>Муз. досуг 15.40-15.55 | 1 ФЭМП (ПР)<br>9.00-9.20<br><br>2.Физ. культура (рук.)- 10.35-10.55<br><i>Психолог – 10.15-10.50</i><br><br>Музыкальный досуг 16.05-16.25 | 1. ФЭМП (ПР)<br>9.00-9.25<br><br>2. Физ. культура (рук.) -10.05-10.30                                                                         | 1. Развитие речи, подготовка к обучению грамоте<br>9.00-9.30<br>2. Физич. культура (рук.)<br>10.40-11.10                                                |
| Среда       | 1.Музыкальное<br>9.25-9.35<br><br>2. Развитие речи (ПР)<br>15.55-16.05,16.05-16.15                                                   | 1.Музыкальное<br>9.45-9.55<br><br>2.Развитие речи (ПР)<br>15.55-16.05,16.05-16.15                                                               | 1.Муз.развитие<br>9.00-9.15<br><br>2. Познавательно-исследовательская деятельность (ПР)<br>16.00-16.15, 16.15-16.30              | 1. ФЭМП (ПР)<br>– 9.00-9.15<br><br>2. Конструирование/ручной труд (через неделю)) (ХЭР)<br>9.35 – 9.50                                                       | 1. Развитие речи/чтение художественной лит-ры (через неделю (ПР) - 9.00 – 9.20<br><br>2. Лепка/аппликация (через неделю) (ХЭР) 9.30-9.50  | 1 Подготовка к обучению грамоте (ПР) - 9.00-9.25<br>2. Физ. культура - 9.35-10.00<br><i>Психолог 16.20-16.50</i><br>3. Муз. досуг 15.40-16.05 | 1. Физич. культура 9.00-9.30<br>2.ФЭМП (ПР) 9.40-10.10<br><br>Музыкальный досуг<br>16.15-16.45                                                          |
| Четверг     | 1.Развитие движений (ФР)<br>9.25-9.35<br><br>2. Игры с дидактическим материалом (ПР)<br>15.55-16.05,16.05-16.15                      | 1.Лепка/конструирование (через неделю) (ХЭР)<br>9.45-9.55<br><br>2.Познавательно-исследовательская деятельность (ПР)<br>15.55-16.05,16.05-16.15 | 1. Физич.культура<br>9.00-9.15<br><br>2. Развитие речи<br><br>16.00-16.15, 16.15-16.30                                           | 1. Муз.развитие (ХЭР)<br>9.05-9.20<br><br>Лепка/аппликация (через неделю) (ХЭР)<br>9.30-9.45<br><br>*****                                                    | 1.ФЭМП (ПР) 9.00 – 9.20<br><br>2.Муз. развитие 9.30-9.50<br><br>3.Конструирование/ручной труд (через неделю) (ХЭР)<br>16.05 – 16.25       | 1. ФЭМП (ПР) 9.00-9.25<br>2. Муз.развитие (ХЭР)<br>10.00-10.25<br><br>3.. Конструирование и ручной труд (ХЭР) -<br>15.40-16.05                | 1. Развитие речи<br>9.00-9.30<br>2. Муз. развитие<br>10.35-11.05<br><i>Психолог 9.40 – 10.10</i><br>3. Конструирование/ручной труд (ХЭР)<br>15.40-16-10 |

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

|         |                                                                  |                                                                          |                                                                                 |                                                                          |                                                                         |                                                                           |                                                                                       |
|---------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Пятница | 1.Ориентировка в окружающем (СКР) 9.20-9.30,9.30-9.40            | 1. Физическая культура (ФР) 9.20-9.30,9.30-9.40                          | 1. Художественная литература (РР) 9.00-9.15, 9.15-9.30                          | 1.Физич.культура 9.05-9.20                                               | 1..Рисование (ХЭР) -9.00-9.20                                           | 1.Экологическое воспитание, реб. и окр. Мир (ПР) 9.00-9.25                | 1. Ознакомление с окружающим (экология) (ПР) 9.00-9.30                                |
|         | 2. Игры со строительным материалом (ХЭР) 15.55-16.05,16.05-16.15 | 2. Развитие речи. художественная литература (РР) 15.55-16.06,16.05-16.15 | 2.Рисование (ХЭР) 16.00-16.15, 16.15-16.30<br>Физкультурный досуг (1 пт месяца) | 2. Рисование (ХЭР) 9.30-9.45<br>Физкультурный досуг...16.00 (1 пт. мес.) | 2.Физ. культура 9.30 – 9.50<br>Физкультурный досуг...16.00 (2 пт. мес.) | 2. Рисование (ХЭР) 9.35-10.00<br>Физкультурный досуг...16.00 (3 пт. мес.) | 2. Рисование (ХЭР) 10.20-10.50 9.40-10.10<br>Физкультурный досуг...16.00 (4 пт. мес.) |

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

**Режим двигательной активности  
при организации образовательного процесса.**

| Формы                                  | Младшие группы                  | Средние группы                      | Старшие группы                                             | Подготовительные группы         |
|----------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| ОД Организованная деятельность         | 2 раза в неделю по 10 – 15 мин. | 2 раза в неделю по 15 – 20 мин.     | 2 раза в неделю по 20 – 25 мин.                            | 2 раза в неделю по 25 – 30 мин. |
| Утренняя гимнастика                    | 6 – 8 минут                     | 8 – 10 минут                        | 10 – 12 минут                                              | 10 – 12 минут                   |
| Физкультминутки                        | ежедневно                       |                                     |                                                            |                                 |
|                                        | 2 – 3 минуты                    | 2 – 3 минуты                        | 3 минуты                                                   | 3 минуты                        |
| Динамические паузы между занятиями     | 10 минут                        | 10 минут                            | 10 минут                                                   | 10 минут                        |
| Бодрящая гимнастика после дневного сна | 4 – 6 минут                     | 4 – 6 минут                         | 6 – 8 минут                                                | 6 – 8 минут                     |
| Подвижные и малоподвижные игры         | Не менее 2 – 4 раз в день       |                                     |                                                            |                                 |
|                                        | 6 – 10 минут                    | 10 – 15 минут                       | 15 – 20 минут                                              | 20 – 25 минут                   |
| Спортивные игры                        |                                 |                                     | Элементы спортивных игр: хоккей, футбол, теннис, баскетбол |                                 |
| Спортивные упражнения                  | ежедневно                       |                                     |                                                            |                                 |
|                                        | 3 – 5 минут                     | 6 – 8 минут                         | 8 – 10 минут                                               | 8 – 15 минут                    |
| Подвижные игры на прогулке             | ежедневно                       |                                     |                                                            |                                 |
|                                        | 6 – 10 минут                    | 10 – 15 минут                       | 15 – 20 минут                                              | 15 – 20 минут                   |
| Спортивные досуговые и развлечения     | 1 раз в месяц                   |                                     |                                                            |                                 |
|                                        | 15 минут                        | 20 минут                            | 30 минут                                                   | 30 – 40 минут                   |
| Дни здоровья                           |                                 | 4 раза в год                        |                                                            |                                 |
|                                        |                                 | Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор" |                                                            |                                 |
|                                        |                                 | 40 минут ( с 5                      | 60 минут                                                   | 60 минут                        |

ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ ИЗОБ. РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Заведующий Елизавета Юрьевна

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат

2D1F771C1744B11AD95E30538B

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

|                                                |                                                                                           |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Дыхательная гимнастика</b>                  | ежедневно                                                                                 |
| <b>Пальчиковая гимнастика</b>                  | после утренней, гимнастики, подвижных игр и спортивных игр с высокой степени подвижности) |
| <b>Гимнастика для глаз</b>                     | 3-5 мин, в зависимости от интенсивности нагрузки                                          |
| <b>Самостоятельная двигательная активность</b> | ежедневно                                                                                 |

## 6. Особенности использования электронных и иных средств обучения в режиме занятий.

6.1. При проведении занятий с детьми младше 5 лет электронные средства обучения не используются.

6.2. При проведении занятий с детьми от 5 до 7 лет продолжительность использования электронных средств обучения приведена в таблице:

| <b>ЭСО</b>                 | <b>Возраст</b> | <b>На занятие, минут, не более</b> | <b>Суммарно в день, в ДОУ, не более</b> |
|----------------------------|----------------|------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>Интерактивная доска</b> | 5 – 7 лет      | 7                                  | 20                                      |

## 7. Режим гигиенической безопасности образовательного процесса.

7.1. В дошкольной образовательной организации обеспечена групповая изоляция с проведением всех занятий в помещениях групповой ячейки и (или) на открытом воздухе отдельно от других групповых ячеек.

7.2. При использовании музыкального (спортивного) зала не менее двух раз в день проводится влажная уборка с применением дезинфицирующих средств.

7.3. Ежедневно проводится обработка игрушек и игрового оборудования с применением дезинфицирующих средств.

7.4. Запрещается проведение массовых мероприятий с участием различных групп лиц (групповых ячеек), а также массовых мероприятий с привлечением

лиц из иных организаций в помещениях дошкольного учреждения.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННО

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

7.5. Лица, посещающие Организацию (на входе), подлежат термометрии с занесением ее результатов в журнал.

Лица с признаками инфекционных заболеваний (респираторными, кишечными, повышенной температурой тела) должны быть незамедлительно изолированы с момента выявления указанных признаков до приезда бригады скорой (неотложной) медицинской помощи либо прибытия родителей (законных представителей).

7.6. В ГБДОУ №123 проводятся следующие противоэпидемические мероприятия:

- уборка всех помещений с применением моющих и дезинфицирующих средств и очисткой вентиляционных решеток (далее - генеральная уборка) непосредственно перед началом функционирования ДОУ;
- обеспечены условия для гигиенической обработки рук с применением кожных антисептиков при входе в Организацию и в туалетных комнатах;
- ежедневная влажная уборка помещений с применением дезинфицирующих средств с обработкой всех контактных поверхностей;
- генеральная уборка помещений ДОУ (не реже одного раза в неделю);
- регулярное обеззараживание воздуха с использованием оборудования по обеззараживанию воздуха и проветривание помещений в соответствии с графиком проветривания и режима работы ДОУ;

7.7. Ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями и (или) медицинскими работниками, с обязательной термометрией, результаты которой заносятся в журнал.

Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в дошкольные образовательные организации не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в помещениях медицинского блока) до прихода родителей или их госпитализации в лечебно-профилактическую организацию с информированием родителей.

7.8. После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 3 дней (за исключением выходных и праздничных дней) детей принимают в дошкольные

Оператор 280 GPO "Комплекс "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

08.09.26 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E

образовательные организации только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными.

## **8. Заключительные положения**

Администрация дошкольного образовательного учреждения, воспитатели, помощники воспитателей, педагоги-специалисты несут ответственность за жизнь, здоровье детей, реализацию в полном объеме учебного плана, качество реализуемых образовательных программ, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям детей.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 123 ПРИСМОТРА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Захарина Елена Юрьевна,  
Заведующий

**08.09.26** 17:10 (MSK)

Сертификат 2D1F771C1744B11AD95E30538B64D42E