

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

Режим дня I младшей группы №1 (2-3 года)
(на период: осень-зима-весна)

Режимные мероприятия	Время
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, занятия (общая продолжительность, включая 15-минутный перерыв)	08.50-09.30
Подготовка к прогулке, прогулка	09.30-10.40
Подготовка к завтраку, завтрак;	10.40-11.00
Отдых, игры, двигательная деятельность	11.00-11.40
Подготовка, прием пищи;	11.40-12.15
Подготовка ко сну, дневной сон;	12.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Игры, двигательная деятельность, досуг	15.50-16.20
Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-18.40
Возвращение с прогулки, уход домой	18.40-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

Щадящий режим дня I младшей группы №1 (2-3 года)
(на период: осень-зима-весна)

Режимные мероприятия	Время
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, занятия (общая продолжительность, включая 15-минутный перерыв)	08.50-09.30
<i>Организованная образовательная деятельность (физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка.)</i>	
Подготовка к прогулке, прогулка	09.30-10.40
<i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>	
Подготовка к завтраку, завтрак;	10.40-11.00
Отдых, игры, двигательная деятельность	11.00-11.40
Подготовка, прием пищи;	11.40-12.15
<i>Первыми начинают обедать</i>	
Подготовка ко сну, дневной сон;	12.15-15.30
<i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>	
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Игры, двигательная деятельность, досуг	15.50-16.20
Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-18.40
Возвращение с прогулки, уход домой	18.40-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня I младшей группы №1 (2-3 года) с учетом климатических условий
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	Время
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, занятия (общая продолжительность, включая 15-минутный перерыв)	08.50-09.30
Самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	09.30-10.40
Подготовка к завтраку, завтрак;	10.40-11.00
Отдых, игры, двигательная деятельность	11.00-11.40
Подготовка, прием пищи;	11.40-12.15
Подготовка ко сну, дневной сон;	12.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Игры, двигательная деятельность, досуг	15.50-16.20
Самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	16.20-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня I младшей группы №2 (2-3 года)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	Время
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, занятия (общая продолжительность, включая 15-минутный перерыв)	08.50-09.30
Подготовка к прогулке, прогулка	09.30-10.40
Подготовка к завтраку, завтрак;	10.40-11.00
Отдых, игры, двигательная деятельность	11.00-11.40
Подготовка, прием пищи;	11.40-12.15
Подготовка ко сну, дневной сон;	12.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Игры, двигательная деятельность, досуг	15.50-16.20
Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-18.40
Возвращение с прогулки, уход домой	18.40-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Щадящий режим дня I младшей группы №2 (2-3 года)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	Время
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, занятия (общая продолжительность, включая 15-минутный перерыв)	08.50-09.30
<i>Организованная образовательная деятельность (физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка.)</i>	
Подготовка к прогулке, прогулка	09.30-10.40
<i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>	
Подготовка к завтраку, завтрак;	10.40-11.00
Отдых, игры, двигательная деятельность	11.00-11.40
Подготовка, прием пищи;	11.40-12.15
<i>Первыми начинают обедать</i>	
Подготовка ко сну, дневной сон;	12.15-15.30
<i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>	
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Игры, двигательная деятельность, досуг	15.50-16.20
Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-18.40
Возвращение с прогулки, уход домой	18.40-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня I младшей группы №2 (2-3 года) с учетом климатических условий
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	Время
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, занятия (общая продолжительность, включая 15-минутный перерыв)	08.50-09.30
Самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	09.30-10.40
Подготовка к завтраку, завтрак;	10.40-11.00
Отдых, игры, двигательная деятельность	11.00-11.40
Подготовка, прием пищи;	11.40-12.15
Подготовка ко сну, дневной сон;	12.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Игры, двигательная деятельность, досуг	15.50-16.20
Самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	16.20-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

Режим дня II группы раннего возраста №3 (1,5-2 года)
(на период: осень-зима-весна)

Режимные мероприятия	Время
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, занятия (общая продолжительность, включая 15-минутный перерыв)	08.50-09.30
Подготовка к прогулке, прогулка	09.30-10.40
Подготовка к завтраку, завтрак;	10.40-11.00
Отдых, игры, двигательная деятельность	11.00-11.40
Подготовка, прием пищи;	11.40-12.15
Подготовка ко сну, дневной сон;	12.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Игры, двигательная деятельность, досуг	15.50-16.20
Подготовка к прогулке: переодевание; прогулка	16.20-18.40
Возвращение с прогулки, уход домой	18.40-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Щадящий режим дня II группы раннего возраста №3 (1,5-2 года)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	Время
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, занятия (общая продолжительность, включая 15-минутный перерыв)	08.50-09.30
<i>Организованная образовательная деятельность (физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка.)</i>	
Подготовка к прогулке, прогулка	09.30-10.40
<i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>	
Подготовка к завтраку, завтрак;	10.40-11.00
Отдых, игры, двигательная деятельность	11.00-11.40
Подготовка, прием пищи;	11.40-12.15
<i>Первыми начинают обедать</i>	
Подготовка ко сну, дневной сон;	12.15-15.30
<i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>	
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Игры, двигательная деятельность, досуг	15.50-16.20
Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-18.40
Возвращение с прогулки, уход домой	18.40-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня II группы раннего возраста №3 (1,5-2 года)
с учетом климатических условий
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	Время
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, занятия (общая продолжительность, включая 15-минутный перерыв)	08.50-09.30
Самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	09.30-10.40
Подготовка к завтраку, завтрак;	10.40-11.00
Отдых, игры, двигательная деятельность	11.00-11.40
Подготовка, прием пищи;	11.40-12.15
Подготовка ко сну, дневной сон;	12.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Игры, двигательная деятельность, досуг	15.50-16.20
Самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	16.20-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня II младшей группы №4 (3-4 года)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход с прогулки	10.10-11.40
Подготовка к обеду, прием пищи	11.40-12.10
Подготовка, дневной сон;	12.10-15.15
Игры, самостоятельная деятельность, досуг	15.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, досуг, самостоятельная деятельность	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.40
Возвращение с прогулки, уход домой	18.40-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Щадящий режим дня II младшей группы №4 (3-4 года)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.10
<i>Физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка)</i>	
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.40
<i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>	
Подготовка к обеду, прием пищи	11.40-12.10
<i>Первыми начинают обедать</i>	
Подготовка, дневной сон;	12.10-15.15
<i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>	
Игры, самостоятельная деятельность, досуг	15.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.50
Возвращение с прогулки, уход домой	18.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня II младшей группы №4 (3-4 года) с учетом климатических условий
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-09.50
Отдых, игры, самостоятельная деятельность	09.50-11.45
Подготовка к обеду, прием пищи	11.45-12.10
Подготовка, дневной сон;	12.10-15.15
Игры, самостоятельная деятельность, досуг	15.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, игры, уход домой	15.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня старшей группы №5 (5-6 лет)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.20
Игры, самостоятельная деятельность, организованная образовательная деятельность по подгруппам	11.20-12.00
Подготовка к обеду, прием пищи	12.00-12.25
Подготовка, дневной сон;	12.25-15.00
Игры, досуг, организованная образовательная деятельность по подгруппам	15.00-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, досуг, самостоятельная деятельность	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

Щадящий режим дня старшей группы №5 (5-6 лет)
(на период: осень-зима-весна)

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.00
<i>Физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка</i>	
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.20
<i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>	
Игры, самостоятельная деятельность, организованная образовательная деятельность по подгруппам	11.20-12.00
Подготовка к обеду, прием пищи	12.00-12.25
<i>Первыми начинают обедать</i>	
Подготовка, дневной сон;	12.25-15.00
<i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>	
Игры, досуг, организованная образовательная деятельность по подгруппам	15.00-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, досуг, самостоятельная деятельность	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня старшей группы №5 (5-6 лет) с учетом климатических условий
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.00
Игры, самостоятельная деятельность, организованная образовательная деятельность по подгруппам	11.20-12.00
Подготовка к обеду, прием пищи	12.00-12.25
Подготовка, дневной сон;	12.25-15.00
Игры, досуг, организованная образовательная деятельность по подгруппам	15.00-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, досуг, самостоятельная деятельность	15.50-16.50
Свободная деятельность в центрах активности, индивидуальная работа, уход домой	16.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

Режим дня II младшей группы №6 (3-4 года)
(на период: осень-зима-весна)

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход с прогулки	10.10-11.40
Подготовка к обеду, прием пищи	11.40-12.10
Подготовка, дневной сон;	12.10-15.15
Игры, самостоятельная деятельность, досуг	15.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, досуг, самостоятельная деятельность	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.40
Возвращение с прогулки, уход домой	18.40-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

Щадящий режим дня II младшей группы №6 (3-4 года)
(на период: осень-зима-весна)

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.10
<i>Физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка)</i>	
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.40
<i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>	
Подготовка к обеду, прием пищи	11.40-12.10
<i>Первыми начинают обедать</i>	
Подготовка, дневной сон;	12.10-15.15
<i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>	
Игры, самостоятельная деятельность, досуг	15.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.40
Возвращение с прогулки, уход домой	18.40-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня II младшей группы №6 (3-4 года) с учетом климатических условий
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак;	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-09.50
Отдых, игры, самостоятельная деятельность	09.50-11.45
Подготовка к обеду, прием пищи	11.45-12.10
Подготовка, дневной сон;	12.10-15.15
Игры, самостоятельная деятельность, досуг	15.15-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, игры, уход домой	15.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня подготовительной группы №8 (6-7 лет)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.10
Прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.40
Организованная образовательная деятельность, игры, отдых	11.40-12.10
Подготовка к обеду, прием пищи	12.10-12.30
Подготовка, дневной сон;	12.30-15.05
Игры, кружки, досуговая деятельность	15.00-16.15
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, самостоятельная деятельность, досуговая деятельность	15.50-16.55
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.55-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Щадящий режим дня подготовительной группы №8 (6-7 лет)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.10
<i>Физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка</i>	
Прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.40
<i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>	
Организованная образовательная деятельность, игры, отдых	11.40-12.10
Подготовка к обеду, прием пищи	12.10-12.30
<i>Первыми начинают обедать</i>	
Подготовка, дневной сон;	12.30-15.00
<i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>	
Игры, кружки, досуговая деятельность	15.00-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, самостоятельная деятельность, досуговая деятельность	15.50-16.55
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.55-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня подготовительной группы №8 (6-7 лет)
с учетом климатических условий
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.30
Свободная деятельность в центрах активности, индивидуальная работа	10.30-11.40
Организованная образовательная деятельность, игры, отдых	11.40-12.10
Подготовка к обеду, прием пищи	12.10-12.25
Подготовка, дневной сон;	12.25-15.00
Игры, кружки, досуговая деятельность	15.00-16.15
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, самостоятельная деятельность, досуговая деятельность	16.15-16.50
Свободная деятельность в центрах активности, индивидуальная работа, уход домой.	16.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

Режим дня средней группы №9 (4-5 лет)
(на период: осень-зима-весна)

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00 - 11.20
Игры, самостоятельная деятельность, организованная образовательная деятельность по подгруппам.	11.20 – 12.00
Подготовка к обеду, прием пищи	12.00-12.25
Подготовка, дневной сон;	12.25-15.05
Игры, самостоятельная деятельность	15.05-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, самостоятельная деятельность, досуг	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Щадящий режим дня средней группы №9 (4-5 лет)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.00
<i>Физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка</i>	
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.20
<i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>	
Игры, самостоятельная деятельность, организованная образовательная деятельность по подгруппам.	11.20 – 12.00
Подготовка к обеду, прием пищи	12.00-12.25
<i>Первыми начинают обедать</i>	
Подготовка, дневной сон;	12.25-15.05
<i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>	
Игры, самостоятельная деятельность	15.05-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, досуговая деятельность	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня средней группы №9 (4-5 лет) с учетом климатических условий
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	ПН.
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	08.50-10.00
Свободная деятельность в центрах активности, индивидуальная работа	10.00-11.20
Игры, самостоятельная деятельность, организованная образовательная деятельность по подгруппам.	11.20 – 12.00
Подготовка к обеду, прием пищи	12.00-12.25
Подготовка, дневной сон;	12.25-15.05
Игры, самостоятельная деятельность	15.05-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, досуг	15.50-16.50
Свободная деятельность в центрах активности, индивидуальная работа, уход домой	16.50-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня подготовительной группы №10 (6-7 лет)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	09.00-10.30
Прогулка, возвращение с прогулки	10.30-12.00
Подготовка к обеду, прием пищи	12.00-12.25
Подготовка, дневной сон;	12.25-15.00
Игры, досуг, самостоятельная деятельность,	15.00-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, досуг, самостоятельная деятельность	15.50-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Щадящий режим дня подготовительной группы №10 (6-7 лет)
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	09.00-10.40
<i>Физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка</i>	
Прогулка, возвращение с прогулки	10.40-12.00
<i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>	
Подготовка к обеду, прием пищи	12.00-12.30
<i>Первыми начинают обедать</i>	
Подготовка, дневной сон;	12.30-15.00
<i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>	
Игры, досуг	15.00-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, самостоятельная деятельность, досуг	15.50-16.55
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-19.00

Утверждено
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
«25» 08 2025 г. № 64-ах

**Режим дня подготовительной группы №10 (6-7 лет)
с учетом климатических условий
(на период: осень-зима-весна)**

Режимные мероприятия	
Осмотр детей, термометрия; игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв)	09.00-10.40
Свободная деятельность в центрах активности, индивидуальная работа	10.40-12.00
Подготовка к обеду, прием пищи	12.00-12.25
Подготовка, дневной сон;	12.25-15.00
Игры, досуговая деятельность	15.00-15.30
Подготовка, прием пищи	15.30-15.50
Вечерний круг, досуг, самостоятельная деятельность	15.50-17.00
Свободная деятельность в центрах активности, индивидуальная работа	17.00-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 29
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Поташко Ирина
Анатольевна, заведующая

29.08.25 17:00 (MSK)

Сертификат 00CA97ACE8F8227CC61C501ED33875E781