

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 53 Красносельского района Санкт-Петербурга**

---

г. Санкт-Петербург, улица Летчика Лихолетова, д. 4, корп. 8

**РАССМОТРЕН**

Педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада №53  
Красносельского района СПб  
Протокол от 29.08.25 г № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Приказом ГБДОУ детского сада №53  
Красносельского района СПб  
от 29.08.2025 г. № 10-од  
Заведующий Ж.В. Саврыгина

**С УЧЕТОМ МНЕНИЯ**

Совета родителей  
ГБДОУ детского сада №53  
Красносельского района СПб  
Протокол от 29.08.2025 г. № 1

**РЕЖИМ ДНЯ ГРУПП**

**№ 13-22 на 2025-2026 учебный год.**

Санкт-Петербург

2025

Режим дня всех возрастных групп Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 53 Красносельского района Санкт-Петербурга (далее ДОУ) разработан с учетом нормативно-правовых документов:

- ✓ Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательная программа дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373; (редакция от 25.10.2023)
- ✓ Санитарных правил СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28;
- ✓ Санитарных правил СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. №2;
- ✓ Санитарных правил СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- ✓ Устав ДОУ;
- ✓ Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 53 Красносельского района СПб.

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
Протокол от «29» августа 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
\_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина

**РЕЖИМ ДНЯ**  
для детей третьего года жизни  
**общеразвивающей направленности**  
**(в холодный период с 1 сентября по 30 мая)**  
Группа № 13 «Непоседы» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты:</b>	<b>Время</b>
Прием детей, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа с детьми	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.40
Игры, утренний круг, подготовка к образовательной деятельности	8.40 – 8.50
Занятия в игровой форме по подгруппам: 1-я подгруппа 2-я подгруппа	8.50-9.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	9.50 – 10.10
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.25 – 11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50 - 12.15
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.15 – 15.15
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 -15.50
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность по подгруппам, досуги	15.50-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30 – 19.00
<b>Максимальный объем образовательной нагрузки</b>	<b>20 мин</b>

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
Протокол от «29» августа 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
\_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина

**РЕЖИМ ДНЯ**  
для детей третьего года жизни  
общеразвивающей направленности  
(в холодный период с 1 сентября по 30 мая)  
Группа № 18 «Гномики» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты:</b>	<b>Время</b>
Прием детей, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа с детьми	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.40
Игры, утренний круг, подготовка к образовательной деятельности	8.40 – 8.50
Занятия в игровой форме по подгруппам: 1-я подгруппа 2-я подгруппа	8.50-9.50
Игры, развлечения, самостоятельная деятельность	9.50 – 10.10
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.25 – 11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50 - 12.15
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.15 – 15.15
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 -15.50
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность по подгруппам, досуги	15.50-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30 – 19.00
<i>Максимальный объем образовательной нагрузки</i>	<i>20 мин</i>

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
 Протокол от «29» августа 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**для детей четвертого года жизни**  
**общеразвивающей направленности**  
**(в холодный период с 1 сентября по 30 мая)**  
 Группа № 15 «Почемучки» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты:</b>	<b>Все дни кроме пятницы</b>	<b>Пятница</b>
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00	7.00 - 8.00
Утренний флэшмоб	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Утренний круг	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.50	8.25 – 8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Организация образовательной деятельности (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты) 2 - занятия	9.00-9.50	9.00-9.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	9.50 – 10.15	9.50 – 10.15
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.15 – 10.30	10.15 – 10.30
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, СИП*	-	10.30 – 12.05
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.30 – 12.05	-
Подготовка к обеду, обед	12.05 – 12.30	12.05 – 12.30
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.30 – 15.15	12.30 – 15.15
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг индивидуальная работа, досуги	15.50 – 16.30	15.50 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.40	16.30 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00
<b>Максимальный объем образовательной нагрузки –</b>	<b>30 мин.</b>	<b>30 мин.</b>

СИП – свободное игровое пространство, функционирующее по четвергам и пятницам в период с 10:20 до 11:20. Следует учитывать, что продолжительность прогулки в указанное время сокращена.

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
 Протокол от «29» августа 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**для детей четвертого года жизни**  
**общеразвивающей направленности**  
**(в холодный период с 1 сентября по 30 мая)**  
 Группа № 20 «Познавайки» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты:</b>	<b>Все дни кроме четверга</b>	<b>четверг</b>
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00	7.00 - 8.00
Утренний флэшмоб	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Утренний круг	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.50	8.25 – 8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.10	8.50 – 9.10
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты):		
1	9.10 – 9.25	9.10 – 9.25
2	9.35 – 9.50	9.35 – 9.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.50 – 10.20	9.50 – 10.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20 – 10.35	10.20 – 10.35
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, СИП	-	10.35 – 12.05
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.35 – 12.05	-
Подготовка к обеду, обед	12.05 – 12.30	12.05 – 12.30
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.30 – 15.15	12.30 – 15.15
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	15.50 – 16.30	15.50 – 16.30
индивидуальная работа, досуги		
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.40	16.30 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00
<b>Максимальный объем образовательной нагрузки –</b>	<b>30 мин.</b>	<b>30 мин.</b>

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
 Протокол от «29» августа 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина

**РЕЖИМ ДНЯ**  
 для детей пятого года жизни  
 общеразвивающей направленности  
 (в холодный период с 1 сентября по 30 мая)  
 Группа № 14 «Затейники» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты</b>	<b>Все дни кроме четверга</b>	<b>четверг</b>
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00	7.00 - 8.00
Утренний флэшмоб	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Утренний круг	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Организация образовательной деятельности (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты) 2 занятия.	9.00 – 10.05	9.00 – 10.05
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	10.05 – 10.20	9.50 – 10.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20 – 10.35	10.20 – 10.35
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, СИП*	-	10.35 – 12.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.35 – 12.10	-
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.40 – 15.15	12.40 – 15.15
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг индивидуальная работа, досуги	15.50- 16.30	15.50- 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.40	16.30 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00
<b>Максимальный объем образовательной нагрузки –</b>	<b>40 мин.</b>	<b>40 мин.</b>

СИП – свободное игровое пространство, функционирующее по четвергам и пятницам в период с 10:20 до 11:20. Следует учитывать, что продолжительность прогулки в указанное время сокращена.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
для детей пятого года жизни  
общеразвивающей направленности  
(в холодный период с 1 сентября по 30 мая)  
Группа № 19 «Крепыши» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты</b>	<b>Все дни кроме вторника</b>	<b>вторник</b>
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00	7.00 - 8.00
Утренний флэшмоб	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Утренний круг	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты):		
1	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20
2	9.30 – 9.50	9.30 – 9.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.50 – 10.30	9.50 – 10.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.30 – 10.45	10.30 – 10.40
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, СИП	-	10.40 – 12.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.45 – 12.10	-
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.40 – 15.15	12.40 – 15.15
Постепенный подъем детей, закалывающие процедуры	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг индивидуальная работа, досуги	15.50- 16.30	15.50- 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.40	16.30 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00
<b>Максимальный объем образовательной нагрузки –</b>	<b>40 мин.</b>	<b>40 мин.</b>

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
 Протокол от «29» августа 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**для детей шестого года жизни**  
**общеразвивающей направленности**  
**(в холодный период с 1 сентября по 30 мая)**  
 Группа № 17 «Мечтатели» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты</b>	<b>Все дни кроме вторника</b>	<b>вторник</b>
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренний флэшмоб	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Утренний круг	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00	8.50 – 9.10
Организация образовательной деятельности (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты) 2 занятия.	9.00 – 9.25 9.35 -10.00 (10.25 -10.50) (10.15-10.40)	9.00 – 9.25 9.35 -10.00 (10.25 -10.50) (10.15-10.40)
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.15	10.00 – 10.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	10.15-10.50	10.15-10.50
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, СИП*	-	10.50– 12.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.50– 12.20	-
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.45	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Организация образовательной деятельности, событийной и проектной в группе, музыкальном зале, спортивном зале, (по примерному расписанию группы)	15.15 -15.40	15.15 -15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг индивидуальная работа, досуги.	16.00 -16.40	16.00 -16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40– 18.50	16.40– 18.50
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.50 – 19.00	18.50 – 19.00
<b>Максимальный объем образовательной нагрузки –</b>	<b>50 мин., 75 мин, при вынесении 1 занятия во 2 пол. дня</b>	<b>50 мин., 75 мин, при вынесении 1 занятия во 2 пол. дня</b>

СИП – свободное игровое пространство, функционирующее по четвергам и пятницам в период с 10:20 до 11:20. Следует учитывать, что продолжительность прогулки в указанное время сокращена

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
 Протокол от «29» августа 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**для детей шестого года жизни**  
**общеразвивающей направленности**  
**(в холодный период с 1 сентября по 30 мая)**  
 Группа № 22 «Умнички» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты</b>	<b>Все дни кроме понедельника</b>	<b>понедельник</b>
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренний флэшмоб	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Утренний круг	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты):		
1	9.00 – 9.25	9.00 – 9.25
2	9.35 – 10.00	9.35 – 10.00
Игры, самостоятельная деятельность	10.00 – 10.30	10.00 – 10.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.30 – 10.45	10.30 – 10.45
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, СИП	-	11.05 – 12.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.45 – 12.20	-
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.45	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты):	15.45-16.10	15.45-16.10
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг индивидуальная работа, досуги. в старшей группе занятие (по расписанию)	16.10 – 16.40	16.10 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40– 18.50	16.40– 18.50
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.50 – 19.00	18.50 – 19.00
<b>Максимальный объем образовательной нагрузки –</b>	<b>50 мин., 75 мин, при вынесении 1 занятия во 2 пол. дня</b>	<b>50 мин., 75 мин, при вынесении 1 занятия во 2 пол. дня</b>

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
 Протокол от «29» августа 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина

**РЕЖИМ ДНЯ**  
 для детей седьмого года жизни  
 общеразвивающей направленности  
 (в холодный период с 1 сентября по 30 мая)  
 Группа № 16 «Любознайки» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты</b>	<b>Все дни кроме понедельника</b>	<b>понедельник</b>
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренний флэшмоб	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Утренний круг	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Организация образовательной деятельности (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты) 3 занятия.	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.50 – 11.20	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.50 – 11.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20
Игры, самостоятельная деятельность	10.20 – 10.50	10.20 – 10.50
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, СИП*	-	11.20 – 12.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.20 - 12.25	-
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 12.45	12.25 – 12.45
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг индивидуальная работа, досуги	15.45 – 16.50	15.45 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 18.50	16.50 – 18.50
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.50 – 19.00	18.50 – 19.00
<b>Максимальный объем образовательной нагрузки –</b>	<b>90 мин.</b>	<b>90 мин.</b>

СИП – свободное игровое пространство, функционирующее по четвергам и пятницам в период с 10:20 до 11:20. Следует учитывать, что продолжительность прогулки в указанное время сокращена

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
 Протокол от «29» августа 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина

**РЕЖИМ ДНЯ**  
 для детей седьмого года жизни  
 общеразвивающей направленности  
 (в холодный период с 1 сентября по 30 мая)  
 Группа № 21 «Эрудиты» (режим работы 12 часов)

<b>режимные моменты</b>	<b>Все дни кроме пятницы</b>	<b>пятница</b>
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренний флэшмоб	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Утренний круг	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты):		
1	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30
2	9.40 – 10.10	9.40 – 10.10
3	10.25 – 10.55	10.25 – 10.55
Игры, самостоятельная деятельность	10.25 – 10.55	10.25 – 10.55
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.25	10.10 – 10.25
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, СИП	-	10.55 – 12.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.55 - 12.25	-
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 12.45	12.25 – 12.45
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), дневной сон	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг индивидуальная работа, досуги	15.45 – 16.50	15.45 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 18.50	16.50 – 18.50
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.50 – 19.00	18.50 – 19.00
<b>Максимальный объем образовательной нагрузки –</b>	<b>90 мин.</b>	<b>90 мин.</b>

**Примерный режим дня на летний период года**

<b>Содержание режимных моментов:</b>	<b>2-3 года</b>	<b>3-4 года</b>	<b>4-5 лет</b>	<b>5-6 лет</b>	<b>6-7 лет</b>
Прием детей на участке, игровая деятельность, индивидуальная работа	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25
<b>Утренняя гимнастика</b>	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Приход в группу, гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.10-8.20	8.15-8.25	8.15-8.25	8.20-8.30	8.25-8.35
<b>Завтрак</b>	8.20-8.45	8.25-8.45	8.25-8.45	8.30-8.50	8.35-8.55
Подготовка к прогулке	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00	8.55-9.05
<b>Прогулка</b> (игры, наблюдения, труд, совместная деятельность музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, воспитателя с детьми)	9.00-10.15	9.00-10.15	9.00-10.20	9.00-10.20	9.05-10.20
Возвращение с прогулки, подготовка ко 2 завтраку, <b>2 завтрак</b>	10.15-10.35	10.15-10.35	10.20-10.40	10.20-10.40	10.20-10.40
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b> (игры, наблюдение, труд, чтение, совместная деятельность музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, воспитателя детьми, организованная самостоятельная деятельность)	10.35-11.30	10.35-11.50	10.40-11.55	10.40-12.10	10.40-12.15
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.30-11.45	11.50-12.05	11.55-12.10	12.10-12.25	12.15-12.25
Подготовка к обеду, <b>обед</b>	11.45-12.05	12.05-12.25	12.10-12.30	12.25-12.45	12.25-12.45
Подготовка ко сну (чтение, музыка, колыбельные), <b>сон</b>	12.05-15.15	12.25-15.15	12.30-15.15	12.45-15.15	12.45-15.15
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
Подготовка к полднику, <b>полдник</b>	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
Подготовка к прогулке	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00
<b>Прогулка</b> (игры, наблюдение, труд, чтение, совместная деятельность воспитателя с детьми, организованная самостоятельная деятельность детей), уход детей домой	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00