

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ №78
Центрального района СПб

О.О. Дмитриевская
Приказ № 20 от 29.08.2025 г

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад (утренний подъём детей), игры, дежурство, утренняя гимнастика	07.00-08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-08.40
Игры, самостоятельная деятельность Подготовка к организованной образовательной деятельности (занятиям)	08.40-09.00
Организованная образовательная деятельность(занятия)/ индивидуальная работа (общая длительность, включая перерывы)	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.30
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.30-15.50
Полдник	15.50-16.10
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.00-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-19.00
Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	19.00-20.00
Второй ужин	20.00-20.10
Совместная деятельность взрослых и детей, самостоятельная детская деятельность	20.10.-21.00
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, сон	21.00 - 07.00

**Рекомендации : В адаптационный период (1 -10 сентября) используется гибкий режим пребывания воспитанников: образовательная деятельность реализуется в процессе игры и режимных моментах, при проведении физкультурных упражнений нагрузки ограничиваются, продолжительность сна может быть увеличена, создаётся эмоционально благоприятный климат пребывания в детском саду*

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ №78
Центрального района СПб
О.О.Дмитриевская
Приказ № 20 от 29.08.2025 г

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ СТАРШЕЙ ГРУППЫ

Режимные моменты	Старшая группа
Приход детей в детский сад (утренний подъем детей), игры, дежурство, утренняя гимнастика	07.00-08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-08.40
Игры, самостоятельная деятельность Подготовка к занятиям	08.40-09.00
Организованная образовательная деятельность (занятия)/ индивидуальная работа (общая длительность, включая перерывы)	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.30
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.30-15.40
Полдник	15.40-15.55
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность (занятие)	15.55-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.20-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-19.00
Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	19.00-20.00
Второй ужин	20.00-20.10
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, сон	20.10-07.30

**Рекомендации: В адаптационный период (1 -10 сентября) используется гибкий режим пребывания воспитанников: образовательная деятельность реализуется в процессе игры и режимных моментах, при проведении физкультурных упражнений нагрузки ограничиваются, продолжительность сна может быть увеличена, создаётся эмоционально благоприятный климат пребывания в детском саду.*

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ №78
Центрального района СПб
О.О.Дмитриевская
Приказ № 20 от 29.08.2025 г

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ

Режимные моменты	Подготовительная группа
Приход детей в детский сад, игры, дежурство, утренняя гимнастика	07.00-08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-08.40
Игры, самостоятельная деятельность Подготовка к занятиям	08.40-09.00
Организованная образовательная деятельность(занятия)/ индивидуальная работа (общая длительность, включая перерывы)	09.00-10.50
Второй завтрак	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00-12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.40-12.50
Подготовка к обеду, обед	12.50-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.30
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.30-15.40
Полдник	15.40-15.55
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность (занятие)	15.55-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.10-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-19.00
Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	19.00-20.00
Второй ужин	20.00-20.10
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, сон	20.10-07.30

**Рекомендации : В адаптационный период (1 -10 сентября) используется гибкий режим пребывания воспитанников: образовательная деятельность реализуется в процессе игры и режимных моментах, при проведении физкультурных упражнений нагрузки ограничиваются, продолжительность сна может быть увеличена, создаётся эмоционально благоприятный климат пребывания в детском саду.*

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ №78
Центрального района СПб
О.О.Дмитриевская
Приказ № 20 от 29.08.2025 г

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ
РАННЕГО ВОЗРАСТА

Режимные моменты	Первая группа раннего возраста
Приход детей в детский сад, игры, дежурство, утренняя гимнастика	07.00-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50
Игры, самостоятельная деятельность Подготовка к занятиям	08.50-09.10
Организованная образовательная деятельность(занятия)/ индивидуальная работа (общая длительность, включая перерывы)	09.10-09.50
Второй завтрак	09.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40-11.55
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.30
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.30-15.50
Полдник	15.50-16.10
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.00-18.30
Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	18.30-19.00

**Рекомендации : В адаптационный период (1 -10 сентября) используется гибкий режим пребывания воспитанников: образовательная деятельность реализуется в процессе игры и режимных моментах, при проведении физкультурных упражнений нагрузки ограничиваются, продолжительность сна может быть увеличена, создаётся эмоционально благоприятный климат пребывания в детском саду.*

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ №78
Центрального района СПб
О.О.Дмитриевская
Приказ № 20 от 29.08.2025 г

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

Режимные моменты	Младшая группа
Приход детей в детский сад, игры, дежурство, утренняя гимнастика	07.00-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50
Игры, самостоятельная деятельность Подготовка к занятиям	08.55-09.10
Организованная образовательная деятельность(занятия)/ индивидуальная работа (общая длительность, включая перерывы)	09.10-09.50
Второй завтрак	09.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40-11.55
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.30
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.30-15.50
Полдник	15.50-16.10
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.00-18.30
Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	18.30-19.00

**Рекомендации : В адаптационный период (1 -10 сентября) используется гибкий режим пребывания воспитанников: образовательная деятельность реализуется в процессе игры и режимных моментах, при проведении физкультурных упражнений нагрузки ограничиваются, продолжительность сна может быть увеличена, создаётся эмоционально благоприятный климат пребывания в детском саду.*

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ №78
Центрального района СПб
О.О.Дмитриевская
Приказ № 20 от 29.08.2025 г

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, игры, дежурство, утренняя гимнастика	08.00-08.20
СДВиД - Утренний круг	08.20-08.30
Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенич. процедуры после приема пищи	08.30-08.50
Игры, самостоятельная деятельность Подготовка к занятиям	08.50-09.00
Организованная образовательная деятельность (занятия)/ индивидуальная работа (общая длительность, включая перерывы)/ СДВиД (Игры на развитие сенсорики и мелкой моторики. Чтение художественной литературы - ежедневно.	09.00-10.20
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.30 -12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры	15.00-15.20
Полдник	15.20-16.00
Организованная образовательная деятельность (занятия)/ индивидуальная работа / Работа по заданию учителя-дефектолога и учителя-логопеда	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка Двигательная активность, уход домой	16.30-18.00

**Рекомендации : В адаптационный период (1 -10 сентября) используется гибкий режим пребывания воспитанников: образовательная деятельность реализуется в процессе игры и режимных моментах, при проведении физкультурных упражнений нагрузки ограничиваются, продолжительность сна может быть увеличена, создается эмоционально благоприятный климат пребывания в детском саду.*