

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Крутикова Н.В.



УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида

Невского района Санкт-Петербурга

А.В. Федосеева

Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Группы №2 «Почемучки»**  
**старшего возраста (от 5 до 6 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.10	1ч. 10мин.
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40	20 мин
Игры средней и малой подвижности, самостоятельная деятельность детей	8.40-9.00	20 мин.
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.25 9.35-10.00	25 мин 25 мин
Второй завтрак	10.00-10.10	10 мин
Совместная деятельность, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа специалистов	10.10-10.35	25 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.35-12.00	1ч.25 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.00-12.15	15 мин
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	2ч. 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.15-15.30	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	20 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	15.50-16.50	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	16.50-19.00	2ч. 10 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Группы №2 «Почемучки»**  
**старшего возраста (от 5 до 6 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.55	25 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.55 – 9.10	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Н.В. Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**

**Группы №3 «Звёздочки»  
старшего возраста (от 5 до 6 лет)  
(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.10	1ч. 10мин.
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40	20 мин
Игры средней и малой подвижности, самостоятельная деятельность детей	8.40-9.00	20 мин.
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.25	25 мин
	9.35-10.00	25 мин
Второй завтрак	10.00-10.10	10 мин
Совместная деятельность, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа специалистов	10.10-10.35	25 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.35-12.00	1ч.25 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.00-12.15	15 мин
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	2ч. 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.15-15.30	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	20 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	15.50-16.50	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	16.50-19.00	2ч. 10 мин



СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.



УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23

комбинированного вида

Невского района Санкт-Петербурга

А.В. Федосеева

Приказ № 134 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Группы №3 «Звёздочки»**  
**старшего возраста (от 5 до 6 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.55	25 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.55 – 9.10	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Группы №6 «Карамельки»**  
**старшего возраста (от 5 до 6 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.10	1ч. 10мин.
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40	20 мин
Игры средней и малой подвижности, самостоятельная деятельность детей	8.40-9.00	20 мин.
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.25	25 мин
	9.35-10.00	25 мин
Второй завтрак	10.00-10.10	10 мин
Совместная деятельность, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа специалистов	10.10-10.35	25 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.35-12.00	1ч.25 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.00-12.15	15 мин
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	2ч. 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.15-15.30	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	20 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	15.50-16.50	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	16.50-19.00	2ч. 10 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач  Крутикова Н.В.



УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида

Невского района Санкт-Петербурга

А.В. Федосеева

Приказ № 431 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Группы №6 «Карамельки»**  
**старшего возраста (от 5 до 6 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.55	25 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.55 - 9.10	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 - 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 - 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 - 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 - 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 - 19.00	3 ч 00 мин



СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Группы №11 «Умнички»**  
**старшего возраста (от 5 до 6 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.10	1ч. 10мин.
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40	20 мин
Игры средней и малой подвижности, самостоятельная деятельность детей	8.40-9.00	20 мин.
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.25 9.35-10.00	25 мин 25 мин
Второй завтрак	10.00-10.10	10 мин
Совместная деятельность, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа специалистов	10.10-10.35	25 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.35-12.00	1ч.25 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.00-12.15	15 мин
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	2ч. 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.15-15.30	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	20 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	15.50-16.50	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	16.50-19.00	2ч. 10 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Группы № 11 «Умнички»**  
**старшего возраста (от 5 до 6 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.55	25 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.55 – 9.10	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин



СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федоссева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Группы №12 «Говорушки»**  
**среднего возраста (от 4 до 5 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.10	1ч. 10мин.
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.35	15 мин
Игры средней и малой подвижности, самостоятельная деятельность детей	8.35-9.00	25 мин.
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.20	20 мин
	9.40-10.00	20 мин
Второй завтрак	10.00-10.10	10 мин
Совместная деятельность, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа специалистов	10.10-10.20	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.20-12.00	1ч.40 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.00-12.15	15 мин
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	2ч. 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.15-15.30	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	20 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	15.50-16.50	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	16.50-19.00	2ч. 10 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Группы №12 «Говорушки»**  
**среднего возраста (от 5 до 6 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.40	20 мин
Самостоятельная деятельность детей	8.40 - 9.00	20 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	9.00 - 9.20	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.20 - 12.15	2 ч 55 мин
Второй завтрак	09.50 - 10.00	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.15 - 12.45	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.45 - 15.15	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.15 - 15.25	10 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.25 - 15.45	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	15.45 - 19.00	3 ч 15 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №1 «Искатели»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.20	1ч 20 мин
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.30 9.40-10.10	30 мин 30 мин
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия)	10.20-10.50	30 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.50-12.20	1ч 30 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.30	2ч 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00	15 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	16.00-17.00	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	17.00-19.00	2ч 00 мин



СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №1 «Искатели»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	20 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.50 – 9.10	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №4 «Фантазёры»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.20	1ч 20 мин
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.30 9.40-10.10	30 мин 30 мин
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия)	10.20-10.50	30 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.50-12.10	1ч 20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.30	2ч 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00	15 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	16.00-17.00	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	17.00-19.00	2ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №4 «Фантазёры»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	20 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.50 – 9.10	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин



**СОГЛАСОВАНО:**

Врач Крутикова Крутикова Н.В.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №5 «Мечтатели»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.20	1ч 20 мин
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.30 9.40-10.10	30 мин 30 мин
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия)	10.20-10.50	30 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.50-12.10	1ч 20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.30	2ч 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00	15 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	16.00-17.00	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	17.00-19.00	2ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида

Невского района Санкт-Петербурга

А.В. Федоссева

Приказ № 134 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**

**Подготовительной группы №5 «Мечтатели»**

(от 6 до 7 лет)

(тёплый период года)

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	20 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.50 – 9.10	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №7 «Затейники»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.20	1ч 20 мин
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.30 9.40-10.10	30 мин 30 мин
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия)	10.20-10.50	30 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.50-12.10	1ч 20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.30	2ч 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00	15 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	16.00-17.00	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	17.00-19.00	2ч 00 мин



**СОГЛАСОВАНО:**

Врач Крутик Крутикова Н.В.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ №131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №7 «Затейники»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	20 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.50 – 9.10	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №8 «Крепыши»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.20	1ч 20 мин
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.30 9.40-10.10	30 мин 30 мин
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия)	10.20-10.50	30 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.50-12.10	1ч 20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.30	2ч 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00	15 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	16.00-17.00	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	17.00-19.00	2ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №8 «Крепыши»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	20 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.50 – 9.10	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин



СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №9 «Знайки»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.20	1ч 20 мин
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.30 9.40-10.10	30 мин 30 мин
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия)	10.20-10.50	30 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.50-12.10	1ч 20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.30	2ч 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00	15 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	16.00-17.00	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	17.00-19.00	2ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №9 «Знайки»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	20 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.50 – 9.10	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №10 «Шустрики»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(холодный период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём, осмотр, термометрия, индивидуальная коррекционная работа, игры, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	7.00-8.20	1ч 20 мин
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) включая перерыв между занятиями	9.00-9.30 9.40-10.10	30 мин 30 мин
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия)	10.20-10.50	30 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа по развитию двигательных навыков, самостоятельная двигательная и игровая деятельность)	10.50-12.10	1ч 20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.30	2ч 30 мин
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00	15 мин
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и подгрупповая коррекционная работа, совместная деятельность	16.00-17.00	1ч 00 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры и упражнения, самостоятельная деятельность) Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	17.00-19.00	2ч 00 мин



СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Н.В. Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 151 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительной группы №10 «Шустрики»**  
**(от 6 до 7 лет)**  
**(тёплый период года)**

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием детей, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10	1 ч 10 мин
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	20 мин
Совместная деятельность (чтение худ. литературы, игры и т.д.)	8.50 – 9.10	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Совместная образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность	9.10 – 12.10	3 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	10 мин
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20-12.50	30 мин
Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья, воздушные процедуры). Сон	12.50 – 15.20	2 ч 30 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.20 – 15.40	20 мин
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.40 – 16.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Непосредственно-образовательная деятельность (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны), самостоятельная деятельность Уход детей домой	16.00 – 19.00	3 ч 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**(дождливая погода)**  
**Детей среднего возраста**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, совместная деятельность, игры	7.00 – 8.00	1ч 00 мин
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	10 мин
Завтрак	8.10 – 8.35	25 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.35-9.00	25 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия по расписанию)	9.00 – 9.20 9.30 - 9.40	20 мин 20 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Совместная деятельность педагога с детьми	10.10-10.35	25 мин
Сюжетно-ролевые, настольные игры, чтение художественной литературы, просмотр видеофильмов	10.35 – 12.15	1ч. 55 мин
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.15 – 12.45	30 мин
Дневной сон	12.45 – 15.15	2ч 30 мин
Постепенный подъем, гигиенические процедуры.	15.15 – 15.30	15 мин
Полдник	15.30 – 15.50	20 мин
Совместная деятельность с педагогами; самостоятельная деятельность детей	15.50 – 16.50	1ч.00мин
Подвижные игры, совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей Уход детей домой	16.50 – 19.00	2ч 10мин

**СОГЛАСОВАНО:**

Врач Крутикова Н.В.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**(дождливая погода)**  
**Детей старшего возраста**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, совместная деятельность, игры	7.00 – 8.00	1ч 00 мин
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	10 мин
Завтрак	8.10 – 8.35	25 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.35-9.00	25 мин
Непосредственно образовательная деятельность (по расписанию)	9.00 – 9.25 9.35 - 10.00	25 мин 25 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Совместная деятельность педагога с детьми	10.10-10.35	25 мин
Сюжетно-ролевые, настольные игры, чтение художественной литературы, просмотр видеофильмов	10.35 – 12.15	1ч. 55 мин
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.15 – 12.45	30 мин
Дневной сон	12.45 – 15.15	2ч 30 мин
Постепенный подъем, гигиенические процедуры.	15.15 – 15.30	15 мин
Подник	15.30 – 15.50	20 мин
Совместная деятельность с педагогами; самостоятельная деятельность детей	15.50 – 16.50	1ч.00мин
Подвижные игры, совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей Уход детей домой	16.50 – 19.00	2ч 10мин



СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
(дождливая погода)  
Для детей подготовительной группы

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, совместная деятельность, игры	7.00 – 8.10	1ч. 10 мин.
Утренняя гимнастика, оздоровительный бег	8.10 – 8.20	10 мин
Завтрак	8.20 – 8.40	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.40-9.00	20 мин
Непосредственно образовательная деятельность (занятия) (по расписанию)	9.00 – 9.30	30 мин
	9.40 – 10.10	30 мин
Второй завтрак	10.10 – 10.20	10 мин
Совместная деятельность педагога с детьми	10.20-10.30	10 мин
Сюжетно-ролевые, настольные игры, чтение художественной литературы, просмотр видеофильмов	10.30 – 12.45	2 ч.15 мин
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.30 – 13.00	30 мин
Дневной сон	13.00 – 15.30	2ч. 30 мин
Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	15.30 – 15.45	15 мин
Полдник	15.45 – 16.00	15 мин
Совместная деятельность с педагогами; самостоятельная деятельность детей	16.00 – 17.00	1ч.00 мин
Подвижные игры, совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей Уход детей домой	17.00 – 19.00	2 ч.00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**(адаптационный)**  
**Детей среднего возраста**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, совместная деятельность, игры	7.00 – 8.00	1 ч 00 мин
Утренняя гимнастика, оздоровительный бег	8.05 – 8.15	10 мин
Завтрак	8.20 – 8.40	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.40-9.00	20 мин
Совместная образовательная деятельность педагога с детьми	9.00 - 10.00	1 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Совместная образовательная деятельность педагога с детьми	10.10-10.30	20 мин
Сюжетно-ролевые, настольные игры, чтение художественной литературы, просмотр видеофильмов	10.30 – 12.20	1ч 50 мин
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду	12.20 – 12.50	30 мин
Обед		
Дневной сон	12.50 – 15.20	2ч 30 мин
Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	15.20 – 15.45	25 мин
Полдник	15.45 – 16.05	20 мин
Совместная деятельность с педагогами; самостоятельная деятельность детей	16.05 – 17.00	55 мин
Подвижные игры, совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей	17.00 – 19.00	2 ч. 00 мин
Уход детей домой		

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутик Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**(адаптационный)**  
**Детей старшего возраста**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, совместная деятельность, игры	7.00 – 8.00	1ч 00 мин
Утренняя гимнастика, оздоровительный бег	8.05 – 8.15	10 мин
Завтрак	8.20 – 8.40	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.40-9.00	20 мин
Совместная образовательная деятельность педагога с детьми	9.00 - 10.00	1 ч 00 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин
Совместная образовательная деятельность педагога с детьми	10.10-10.30	20 мин
Сюжетно-ролевые, настольные игры, чтение художественной литературы, просмотр видеофильмов	10.30 – 12.20	1ч 50 мин
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду	12.20 – 12.50	30 мин
Обед		
Дневной сон	13.00 – 15.30	2ч 30 мин
Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	15.30 – 15.45	15 мин
Подник	15.45 – 16.05	20 мин
Совместная деятельность с педагогами; самостоятельная деятельность детей	16.05 – 17.00	55 мин
Подвижные игры, совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей	17.00 – 19.00	2 ч. 00 мин
Уход детей домой		



СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 131 от 31.08.2023

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**(адаптационный)**  
**Для детей подготовительной группы**

Режимные моменты	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, совместная деятельность, игры	7.00 – 8.10	1ч 10 мин
Утренняя гимнастика, оздоровительный бег	8.10 – 8.20	10 мин
Завтрак	8.20 – 8.40	20 мин
Игры средней и малой подвижности, подготовка к образовательной деятельности	8.40-9.00	20 мин
Совместная деятельность педагога с детьми	9.00 – 10.10	1 ч 10 мин
Второй завтрак	10.10 – 10.20	10 мин
Совместная деятельность педагога с детьми	10.20-10.30	10 мин
Сюжетно-ролевые, настольные игры, чтение художественной литературы, просмотр видеофильмов	10.30 – 12.45	2ч 15 мин
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	12.30 – 13.00	30 мин
Дневной сон	13.00 – 15.30	2ч 30 мин
Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	15.30 – 15.45	15 мин
Полдник	15.45 – 16.00	15 мин
Совместная деятельность с педагогами; самостоятельная деятельность детей	16.00 – 17.00	1ч 00 мин
Подвижные игры, совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей Уход детей домой	17.00 – 19.00	2 ч. 00 мин

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 134 от 31.08.2023



### Организация щадящего режима

1. Щадящий режим назначается детям III и IV группы здоровья, детям, перенёсшим заболевание для снятия физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинскими работниками ГБДОУ.
3. Щадящий режим назначается по рекомендации участкового педиатра или врача ГБДОУ на определённый срок в зависимости от состояния здоровья ребёнка, диагноза заболевания.
4. Щадящий режим выполняется персоналом.

Вид деятельности	Ограничения	Ответственный
Приход в детский сад	По возможности 8.00-8.30	Родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу и прыжкам 50%	Воспитатели
Гигиенические процедуры (умывание)	Температура воды 16-20 С°, тщательно вытирать руки, лицо	Воспитатели
Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатели
Питание (Завтрак, обед, полдник)	Докармливание (мл.возраст)	Воспитатели Пом. Воспитателя
Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю) Выход на прогулку.	Одевание в последнюю очередь, выход последними.	Воспитатели Пом. воспитателя
Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная одежда, заменяется на сухую.	Воспитатели Пом. воспитателя
Прогулка	Вовлеченность в умеренную двигательную деятельность	Воспитатели
Физкультурные занятия	Отмена или снижение нагрузки на 50% (по бегу, прыжкам)	Инструктор ФИЗО
Занятия статистического интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине дня	Воспитатели
Дневной сон	Укладывание первыми, подъём по мере пробуждения	Воспитатели
Совместная деятельность с воспитателями	Учёт настроения, желаний	Воспитатели
Самостоятельная деятельность (игры, изобразительная деятельность)	Предлагать места, удалённые от окон, дверей.	Воспитатели Пом. воспитателя
Уход детей домой	По возможности до 18.00	Родители

СОГЛАСОВАНО:

Врач Крутикова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 23  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.В. Федосеева  
Приказ № 13] от 31.08.2023

**Режим двигательной активности детей на 2023-2024 учебный год**

№ п/п	Вид деятельности по физической активности	Особенности проведения	Средняя группа (в мин.)	Старшая группа (в мин.)	Подготовительная к школе группа (в мин.)
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	10	10	10
2.	Двигательная разминка или свободная двигательная активность детей	Ежедневно, в перерыве между непосредственно образовательной деятельностью (НОД), занятие	10	10	10
3.	Физминутка	Ежедневно во время НОД	2	3	3
4.	Пальчиковая гимнастика	Ежедневно в течение дня	3	4	4
5.	Подвижные игры	Ежедневно на прогулке	10	15	15-20
6.	Физические упражнения	Ежедневно на прогулке	8-10	10-15	15-20
7.	Индивидуальная работа по закреплению ОВД и физических упражнений	Ежедневно во время прогулки с учетом желания детей	до 20	до 25	30
8.	Бодрящая гимнастика после дневного сна	Ежедневно после сна	3-5	5	5
9.	НОД ОО «Физическая культура»	3 раза в неделю	20	25	30
10.	НОД ОО «Музыка»	2 раза в неделю	20	25	30
11.	Музыкальные вечера развлечений	1 раз в неделю	20	25	30
12.	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	Ежедневно на прогулке и в группе	8	8-10	10-15
13.	Спортивные праздники	В течение года в зависимости от возраста	2 раза в год	3 раза в год	3 раза в год
14.	Спортивные досуги	1 раз в месяц	20	25	30
15.	Спортивные развлечения	В течение года в зависимости от возраста	2 раза в год	5 раз в год	5 раз в год
16.	День здоровья	1 раз в год (7 апреля)	20	25	30
<b>Итого в течение дня</b>			<b>92-98</b>	<b>115-122</b>	<b>92-98</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Детский Сад № 23 Комбинированного Вида Невского Района  
Санкт-Петербурга, ГБДОУ, Детский сад Двадцать три

14.08.23 16:58 (MSK)

Простая подпись