

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.



**Режим дня первой младшей группы на холодный период  
2024-2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.05	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.05 – 8.20	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры
8.20 – 8.50	Завтрак, полоскание полости рта прохладной кипячёной водой
8.50 – 9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00 – 10.15	Занятия по подгруппам (общая длительность, включая перерывы)
9.55 – 10.05	Второй завтрак
10.05 – 11.30	Подготовка к прогулке, прогулка
11.30 – 11.50	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, совместная деятельность
11.50 – 12.15	Обед
12.15 – 15.15	Дневной сон
15.15 – 15.25	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.25 – 15.50	Полдник
15.50 – 16.00	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.00 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, наблюдения, совместная и самостоятельная деятельность детей

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 138 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому развитию детей Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.



**Гибкий режим дня первой младшей группы  
2024-2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.05	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.05 – 8.20	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры
8.20 – 8.50	Завтрак, полоскание полости рта прохладной кипячёной водой
8.50 – 9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00 – 10.15	Занятия по подгруппам (общая длительность, включая перерывы)
9.55 – 10.05	Второй завтрак
10.05 – 11.30	Игры, совместная деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, рассматривание картинок, восприятия смысла музыки, игры с составными и динамическими игрушками, двигательная активность, чтение художественной литературы
11.40 – 11.50	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду, совместная деятельность
11.50 – 12.15	Обед
12.15 – 15.15	Дневной сон
15.15 – 15.25	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.25 – 15.50	Полдник
15.50 – 16.00	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.00 – 19.00	Игры, наблюдения, совместная и самостоятельная деятельность детей

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 138 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому развитию детей Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.



**Режим дня второй младшей группы на холодный период  
2024-2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.05	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.05 – 8.20	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры
8.20 – 8.50	Завтрак, полоскание полости рта прохладной кипячёной водой
8.50 – 9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00 – 10.00	Занятия (общая длительность, включая перерывы)
10.00 – 10.15	Второй завтрак
10.15 – 11.45	Подготовка к прогулке, прогулка
11.45 – 12.10	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, совместная деятельность
12.10 – 12.30	Обед
12.30 – 15.15	Дневной сон
15.15 – 15.25	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.25 – 15.50	Полдник
15.50 – 16.00	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.00 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, наблюдения, совместная и самостоятельная деятельность детей

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 138 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому развитию детей Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.



УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ГБДОУ №138

А.И. Рыжкова

**Гибкий режим дня второй младшей группы  
2024-2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.05	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.05 – 8.20	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры
8.20 – 8.50	Завтрак, полоскание полости рта прохладной кипячёной водой
8.50 – 9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00 – 10.00	Занятия (общая длительность, включая перерывы)
10.00 – 10.15	Второй завтрак
10.15 – 11.45	Игры, совместная деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, рассматривание картинок, восприятия смысла музыки, игры с составными и динамическими игрушками, двигательная активность, чтение художественной литературы
11.45 – 12.10	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду, совместная деятельность
12.10 – 12.30	Обед
12.30 – 15.15	Дневной сон
15.15 – 15.25	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.25 – 15.50	Полдник
15.50 – 16.00	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.00 – 19.00	Игры, наблюдения, совместная и самостоятельная деятельность детей

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 138 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому развитию детей Центрального района Санкт-Петербурга



ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.

Заведующий ГБДОУ №138  
Камыкова

**Режим дня средней группы на холодный период  
2024 – 2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.15	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.15 – 8.30	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку
8.30 – 8.50	Завтрак
8.50 – 9.00	Самостоятельная деятельность
9.00 – 10.05	Занятия (общая длительность, включая перерывы)
10.05 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 11.50	Подготовка к прогулке, прогулка
11.50 – 12.20	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду
12.20 – 12.45	Обед
12.45 – 15.20	Подготовка к дневному сну, дневной сон
15.20 – 15.30	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.20	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.20 – 19.00	Подготовка к прогулке, выход на прогулку, игровая, совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей



ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 30.08.2024 г.

Заведующий ГБДОУ № 138  
И.Е. Кашиникова

**Гибкий режим дня средней группы на холодный период  
2024 – 2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.15	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.15 – 8.30	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры
8.20 – 8.50	Завтрак
8.50 – 9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00 – 10.05	Занятия (общая длительность, включая перерывы)
10.05 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 12.05	Игры, совместная деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, рассматривание картинок, восприятия смысла музыки, игры с составными и динамическими игрушками, двигательная активность, чтение художественной литературы
12.05 – 12.25	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду, совместная деятельность
12.20 – 12.45	Обед
12.45 – 15.20	Дневной сон
15.20 – 15.30	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.20	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.20 – 19.00	Игры, наблюдения, совместная и самостоятельная деятельность детей

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.



**Режим дня старшей группы на холодный период  
2024 – 2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.20	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.20 – 8.30	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку
8.30 – 8.50	Завтрак
8.50 – 9.00	Самостоятельная деятельность
9.00 – 10.10	Занятия (общая длительность, включая перерывы)
10.10 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 12.05	Подготовка к прогулке, прогулка
12.05 – 12.25	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду
12.25 – 12.50	Обед
12.50 – 15.15	Подготовка к дневному сну, дневной сон
15.15 – 15.30	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.25	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.25 – 19.00	Подготовка к прогулке, выход на прогулку, игровая, совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.



**Гибкий режим дня старшей группы  
2024 – 2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.20	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.20 – 8.30	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры
8.30 – 8.50	Завтрак
8.50 – 9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00 – 10.10	Занятия (общая длительность, включая перерывы)
10.10 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 12.10	Игры, совместная деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, рассматривание картинок, восприятия смысла музыки, игры с составными и динамическими игрушками, двигательная активность, чтение художественной литературы
12.10 – 12.25	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду, совместная деятельность
12.25 – 12.50	Обед
12.50 – 15.20	Дневной сон
15.20 – 15.30	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.25	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.25 – 19.00	Игры, наблюдения, совместная и самостоятельная деятельность детей



ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.



**Режим дня подготовительной группы на холодный период  
2024 – 2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.25	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.25 – 8.35	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку
8.35 – 8.50	Завтрак
8.50 – 9.00	Самостоятельная деятельность
9.00 – 10.15	Занятия (общая длительность, включая перерывы)
10.15 – 10.30	Второй завтрак
10.30 – 12.20	Подготовка к прогулке, прогулка
12.20 – 12.35	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду
12.35 – 13.00	Обед
13.00 – 15.20	Подготовка к дневному сну, дневной сон
15.20 – 15.35	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.35 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.30	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.30 – 19.00	Подготовка к прогулке, выход на прогулку, игровая, совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.



**Гибкий режим дня подготовительной группы  
2024 – 2025 учебный год**

<i>Время</i>	<i>Режимные моменты</i>
7.00 – 8.25	Приём детей, самостоятельная двигательная и игровая деятельность. Утренняя гимнастика
8.25 – 8.35	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку
8.35 – 8.50	Завтрак
8.50 – 9.00	Самостоятельная деятельность
9.00 – 10.15	Занятия (общая длительность, включая перерывы)
10.15 – 10.30	Второй завтрак
10.30 – 12.25	Игры, совместная деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, рассматривание картинок, восприятия смысла музыки, игры с составными и динамическими игрушками, двигательная активность, чтение художественной литературы
12.25 – 12.35	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду
12.35 – 13.00	Обед
13.00 – 15.20	Подготовка к дневному сну, дневной сон
15.20 – 15.35	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры. Подготовка к полднику
15.35 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.30	Образовательная деятельность в режимные моменты
16.30 – 19.00	Игры, наблюдения, совместная и самостоятельная деятельность детей