

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детского сада № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

Н.А. Алехина

Приказ № 89 от «27» августа 2026 г.

Режим дня подготовительной группы на холодный период

Время	Название мероприятия
07.00 – 08.40	Приход детей в детский сад, игровая деятельность. Утренняя гимнастика
08.40 – 08.55	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, дежурство. Завтрак.
08.55 – 09.00	Подготовка к непрерывной образовательной деятельности.
09.00 – 10.55	Занятия.
10.20 – 10.30	Второй завтрак.
10.30 – 10.45	Подготовка к прогулке. Одевание.
10.45 – 12.20	Прогулка (наблюдение, труд, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера, индивидуальная работа с детьми; Самостоятельная деятельность детей).
12.20 – 12.30	Возвращение с прогулки. Раздевание. Совместная деятельность.
12.30 – 12.55	Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры. Обед
12.55 – 15.25	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.25 – 15.40	Постепенный подъем. Воздушная гимнастика после дневного сна.
15.40 – 16.00	Подготовка к полднику, полдник.
16.00 – 16.30	Занятия.
16.30 – 16.40	Индивидуальная работа с детьми, художественно-речевая деятельность; совместная деятельность.
16.40 – 16.50	Гигиенические процедуры. Подготовка к прогулке.
16.50 – 19.00	Вечерняя прогулка. Постепенный уход детей домой.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детского сада № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

Н.А. Алехина

Приказ № 89 от «27» августа 2026 г.

Режим дня подготовительной группы на холодный период (шадающий)

Время	Название мероприятия
07.00 – 08.40	Приход детей в детский сад, игровая деятельность. Утренняя гимнастика
08.40 – 08.55	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, дежурство. Завтрак.
08.55 – 09.00	Подготовка к непрерывной образовательной деятельности.
09.00 – 10.55	Занятия.
10.20 – 10.30	Второй завтрак.
10.55 – 11.10	Самостоятельная деятельность
11.10 – 11.20	Подготовка к прогулке. Одевание.
11.20 – 12.20	Прогулка (наблюдение, труд, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера, индивидуальная работа с детьми; Самостоятельная деятельность детей).
12.20 – 12.30	Возвращение с прогулки. Раздевание. Совместная деятельность.
12.30 – 12.55	Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры. Обед
12.55 – 15.25	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.25 – 15.40	Постепенный подъем. Воздушная гимнастика после дневного сна.
15.40 – 16.00	Подготовка к полднику, полдник.
16.00 – 16.30	Занятия.
16.30 – 16.45	Индивидуальная работа с детьми, художественно-речевая деятельность; совместная деятельность.
16.45 – 17.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к прогулке.
17.00– 19.00	Вечерняя прогулка. Постепенный уход детей домой.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детского сада № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

Н.А. Алехина
Приказ № 89 от «27» августа 2026 г.

Режим дня для подготовительной группы на холодный период (гибкий)

Время	Название мероприятия
07.00 – 08.40	Приход детей в детский сад, игровая деятельность. Утренняя гимнастика
08.40 – 08.55	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, дежурство. Завтрак.
08.55 – 09.00	Подготовка к непрерывной образовательной деятельности.
09.00 – 10.55	Занятия.
10.20 – 10.30	Второй завтрак.
10.55 – 11.10	Самостоятельная деятельность
10.55 – 11.40	Совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы.
11.40 – 12.10	Индивидуальная работа с детьми.
12.10 – 12.30	Свободная игра, самостоятельная деятельность.
12.30 – 12.55	Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры. Обед
12.55 – 15.25	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.25 – 15.40	Постепенный подъем. Воздушная гимнастика после дневного сна.
15.40 – 16.00	Подготовка к полднику, полдник.
16.00 – 16.30	Занятия.
16.30 – 17.05	Игровая самостоятельная деятельность.
17.05 – 17.35	Совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы.
17.35 – 18.10	Индивидуальная работа с детьми.
18.10 – 19.00	Самостоятельная деятельность, игра. Постепенный уход детей домой.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детского сада № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

Н.А. Алехина
Приказ № 89 от «27» августа 2026 г.

Режим дня для подготовительной группы на теплый период

Время	Название мероприятия
07.00-08.40	Прием и осмотр детей на улице, игры, ежедневная утренняя гимнастика
08.40–08.55	Подготовка к завтраку, завтрак
08.55-12.20	Подготовка к прогулке, прогулка: игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, световоздушные ванны. Развлечение на участке: Музыкальные, Физкультурные
10.20–10.30	Подготовка ко второму завтраку, завтрак
12.20-12.30	Возвращение с прогулки, водные процедуры
12.30–12.55	Подготовка к обеду, обед
12.55-15.25	Подготовка ко сну, дневной сон
15.25-15.40	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные, водные процедуры
15.40–16.00	Подготовка к полднику, горячий полдник
16.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдения, музыкальные и физкультурные досуги, уход детей домой

Режим дня для подготовительной группы на теплый период (щадящий)

Время	Название мероприятия
07.00-08.40	Прием и осмотр детей на улице, игры, ежедневная утренняя гимнастика
08.40–08.55	Подготовка к завтраку, завтрак
08.55 – 09.10	Индивидуальная работа с детьми.
09.00-12.10	Подготовка к прогулке, прогулка: игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, световоздушные ванны. Развлечение на участке: Музыкальные, Физкультурные
10.20–10.30	Подготовка ко второму завтраку, завтрак
12.10-12.30	Возвращение с прогулки, водные процедуры
12.30–12.55	Подготовка к обеду, обед
12.55-15.25	Подготовка ко сну, дневной сон
15.25-15.40	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные, водные процедуры
15.40 -16.00	Подготовка к полднику, горячий полдник
16.00-15.45	Самостоятельная деятельность детей
16.45 – 17.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к прогулке.
17.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдения, музыкальные и физкультурные досуги, уход детей домой

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детского сада № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

Н.А. Алехина
Приказ № 89 от «27» августа 2026 г.

Режим дня для подготовительной группы на тёплый период (гибкий)

Время	Название мероприятия
07.00-08.40	Прием и осмотр детей на улице, игры, ежедневная утренняя гимнастика
08.40–08.55	Подготовка к завтраку, завтрак
08.55-12.20	игры, наблюдения, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность. Развлечения в зале: Музыкальное Физкультурное
10.20–10.30	Подготовка ко второму завтраку, завтрак
10.55 – 11.10	Самостоятельная деятельность
10.55 – 11.40	Совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы.
11.40 – 12.10	Индивидуальная работа с детьми.
12.10 – 12.30	Свободная игра, самостоятельная деятельность.
12.30–12.55	Подготовка к обеду, обед
12.55-15.25	Подготовка ко сну, дневной сон
15.25-15.40	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные, водные процедуры
15.40–16.00	Подготовка к полднику, горячий полдник
16.00-19.00	Игры, наблюдения, совместная и самостоятельная деятельность, музыкальные и физкультурные досуги Уход детей домой

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детского сада № 15
Петродворцового района Санкт-Петербурга
Н.А. Алехина
Приказ № 89 от «27» августа 2026 г.

Режим двигательной активности

Подготовительная группа

№ п/п	Виды двигательной активности	ПН/мин	ВТ/мин	СР/мин	ЧТ/мин	ПТ/мин
ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ						
1	Подвижные игры во время утреннего приема детей	7-10	7-10	7-10	7-10	7-10
2	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
3	Самостоятельная двигательная деятельность детей в группе	Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных потребностей детей				
4	Физкультминутки	Ежедневно 2-3				
5	Подвижные, хороводные игры и физические упражнения на утренней прогулке	30	30	30	30	30
6	Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке	Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных потребностей детей				
7	Физкультурные занятия	3 раза в неделю по 30 минут				
8	Музыкальные занятия	2 раза в неделю по 30 минут				
ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ						
1	Бодрящая гимнастика после дневного сна, дыхательная гимнастика, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно 10 минут				
2	Самостоятельная двигательная деятельность детей в группе	Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных потребностей детей				
3	Подвижные и хороводные игры на вечерней прогулке	30	30	30	30	30
4	Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке	Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных потребностей детей				
5	Физкультурный досуг	1 раз в месяц				
6	День здоровья	1 раз в квартал				
7	Физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин				