

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 89 Центрального района Санкт-Петербурга**

**Приняты**  
**Педагогическим советом**  
**ГБДОУ детского сада № 89**  
**Центрального района СПб**  
**Протокол № 1 от 31.08.2023 г.**

**Утверждены**

**Приказ №26.1-од от 31.08.2023**

**С учетом мнения Совета родителей**  
**ГБДОУ детского сада № 89**  
**Центрального района СПб**  
**Протокол № 1 от 31.08.2023 г.**

**Режимы дня**  
**(холодный т теплый период)**  
**на 2023 - 2024 учебный год**

**Режим дня  
холодный период  
первая группа раннего возраста  
(1,6 – 2 года)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, свободная игра, утренняя гимнастика	07.00	08.00
Подготовка к завтраку, <b>завтрак</b>	8.00	08.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение /или самостоятельная деятельность детей	08.30	09.30
<b>Подготовка и проведение игры-занятия №1</b>	08.50	09.00
Динамическая пауза	09.00	09.10
<b>Подготовка и проведение игры-занятия №2 (по подгруппам)</b>	9.10	9.20
	первая подгруппа	первая подгруппа
	09.20	09.30
	вторая подгруппа	вторая подгруппа
<b>Второй завтрак</b>	09.20	09.30
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b>	9.40	11.00
Возвращение с прогулки, игры	11.00	11.30
Подготовка к обеду, <b>обед</b>	11.30	12.00
Подготовка ко сну, <b>дневной сон</b>	12.00	15.00
Постепенный подъем, оздоровительные процедур	15.00	15.30
Подготовка к полднику, <b>полдник</b>	15.20	15.45
Совместная деятельность взрослого с детьми и/или самостоятельная деятельность	15.45	16.30
<b>Подготовка и проведение игры-занятия №2 (первая подгруппа)</b>	16.00	16.15
<b>Подготовка и проведение игры-занятия №2 (вторая подгруппа)</b>	16.15	16.30
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b>	16.30	18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, чтение х/л	18.00	18.40
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, досуги. Уход домой	18.40	19.00

**Режим дня  
теплый период  
первая группа раннего возраста  
(1,6 – 2 года)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя гимнастика	07.00	08.00
Подготовка к завтраку, завтрак	08.00	08.30
Игры, самостоятельная деятельность	08.30	09.20
Второй завтрак	09.00	09.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, водные процедуры	09.10	11.00
Подготовка и проведение игры-занятия - 1	09.10	09.40
Подготовка к обеду, обед	11.30	12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00	15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00	15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30	15.45
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.45	16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.15	18.00
Игры, общение, досуги. Уход домой.	18.00	19.00

**Режим дня  
холодный период  
вторая группа раннего возраста  
(2 – 3 года)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, свободная игра, <b>утренняя зарядка</b>	07.00	08.00
Подготовка к завтраку, <b>завтрак</b>	08.00	08.20
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение /или самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	08.20	09.00
<b>Занятие №1</b>	08.20	08.30
Динамическая пауза	08.30	8.40
<b>Занятие №2</b>	8.40 первая подгруппа 8.50 вторая подгруппа	8.50 первая подгруппа 9.00 вторая подгруппа
<b>Второй завтрак</b>	9.00	9.15
Подготовка к прогулке	9.15	9.35
<b>Прогулка</b>	9.35	11.15
Возвращение с прогулки Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам	11.15	11.30
Подготовка к обеду, <b>обед</b>	11.30	12.00
Подготовка ко сну, <b>дневной сон</b>	12.00	15.00
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.00	15.15
Подготовка к полднику, <b>полдник</b>	15.15	15.25
Совместная деятельность взрослого с детьми или самостоятельная деятельность	15.25	16.15
Подготовка к прогулке	16.15	16.30
<b>Прогулка</b>	16.30	17.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, чтение х/л	17.30	18.00
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, досуги. Уход домой	18.00	19.00

**Режим дня  
теплый период  
вторая группа раннего возраста  
(2-3 года)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя гимнастика	07.00	08.00
Подготовка к завтраку, завтрак	08.00	08.30
Игры, самостоятельная деятельность	08.30	09.00
Второй завтрак	09.00	09.10
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	09.10	12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00	12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30	15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00	15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20	15.45
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.45	16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.15	18.00
Игры, общение, досуги. Уход домой.	18.00	19.00

**Режим дня  
холодный период  
младшая группа (3-4 года)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, свободная игра,	07.00	08.00
Утренняя зарядка	8.00	8.20
Подготовка к завтраку, <b>завтрак, дежурство</b>	08.20	08.50
<b>Утренний круг</b>	8.50	9.00
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение /или самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.00	10.00
<b>Занятие №1 (по подгруппам) первая подгруппа</b>	09.00	09.15
Динамическая пауза	09.15	09.25
<b>Занятие №2 (по подгруппам) вторая подгруппа</b>	09.25	9.40
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение /или самостоятельная деятельность детей	9.40	10.00
Второй завтрак	10.00	10.10
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b>	10.10	12.00
<b>Возвращение с прогулки</b> , занятия, самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам	12.00	12.10
Подготовка к обеду, <b>обед</b>	12.10	12.30
Подготовка ко сну, <b>дневной сон</b>	12.30	15.30
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.30	15.45
Подготовка к полднику, <b>полдник</b>	15.45	16.00
Совместная деятельность взрослого с детьми или занятия со специалистами, досуги, игры, общение по интересам	16.00	16.50
<b>Вечерний круг</b>	16.50	17.00
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b>	17.00	18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, чтение х/л	18.30	18.45
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение. Уход домой	18.45	19.00

**Режим дня  
теплый период  
младшая группа  
(3 – 4 года)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя зарядка	07.00	08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20	08.50
Игры, самостоятельная деятельность	08.50	09.20
Второй завтрак	09.20	09.30
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	09.30	12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00	12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30	15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00	15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25	15.50
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.50	16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.20	18.20
Игры, общение, досуги. Уход домой.	18.20	19.00

**Режим дня  
холодный период  
средняя группа  
(4 – 5 лет)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, свободная игра	07.00	08.00
Утренняя зарядка	8.00	8.10
Подготовка к завтраку, <b>завтрак</b> , дежурство	08.10	08.40
<b>Утренний круг</b>	8.40	9.00
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение /или самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям, занятия	9.00	10.10
<b>Занятие №1</b>	09.00	09.20
Динамическая пауза	09.20	09.30
<b>Занятие №2</b>	09.30	9.50
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение /или самостоятельная деятельность детей	9.50	10.00
Второй завтрак	10.00	10.10
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b> ,	10.10	12.00
Возвращение с прогулки Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам	12.00	12.10
Подготовка к обеду, <b>обед</b>	12.10	12.30
Подготовка ко сну, <b>дневной сон</b>	12.30	15.00
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.00	15.20
Подготовка к полднику, <b>полдник</b>	15.20	15.40
Совместная деятельность взрослого с детьми или занятия со специалистами, досуги	15.40	16.50
<b>Вечерний круг</b>	16.50	17.00
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b>	17.00	18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, чтение х/л	18.30	18.45
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, досуги. Уход домой	18.45	19.00

**Режим дня  
теплый период  
средняя группа (4 – 5 лет)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя гимнастика	07.00	08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20	08.50
Игры, самостоятельная деятельность	08.50	09.20
Второй завтрак	09.20	09.30
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	09.30	12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00	12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30	15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00	15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25	15.50
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.50	16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.30	18.30
Игры, общение, досуги. Уход домой.	18.30	19.00

**Режим дня  
холодный период  
старшая группа  
(5 – 6 лет)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, свободная игра	07.00	08.00
Утренняя зарядка	8.00	8.10
Подготовка к завтраку, <b>завтрак</b> , дежурство	08.10	08.30
<b>Утренний круг</b>	8.30	8.50
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение /или самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям, занятия	08.50	<b>10.00</b>
<b>Занятие №1</b>	09.00	09.25
Динамическая пауза	09.25	09.35
<b>Занятие №2</b>	09.35	10.00
<b>Игры, общение</b>	10.00	10.15
<b>Второй завтрак</b>	10.15	10.25
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b> ,	10.25	12.00
Возвращение с прогулки Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам	12.00	12.15
Подготовка к обеду, <b>обед</b>	12.15	12.45
Подготовка ко сну, <b>дневной сон</b>	12.45	15.15
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.15	15.25
Подготовка к полднику, <b>полдник</b>	15.25	15.40
Совместная деятельность взрослого с детьми и/или занятия, занятия со специалистами	15.40	16.50
<b>Занятие № 3</b>	15.40	16.05
<b>Вечерний круг</b>	16.50	17.00
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b>	17.00	18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, чтение х/л	18.30	18.45
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, досуги. Уход домой	18.45	19.00

**Режим дня  
теплый период  
старшая группа  
(5 – 6 лет)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя гимнастика	07.00	08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25	08.50
Игры, самостоятельная деятельность	08.50	09.30
Второй завтрак	09.30	09.40
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	09.40	12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30	13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00	15.30
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.30	15.45
Подготовка к полднику, полдник	15.45	16.00
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	16.00	16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.20	18.20
Игры, общение, досуги. Уход домой.	18.20	19.00

**Режим дня  
холодный период  
подготовительная группа  
(6 – 7 лет)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, свободная игра	07.00	08.00
<b>Утренняя зарядка</b>	8.00	8.10
Подготовка к завтраку, <b>завтрак</b> , дежурство	08.10	08.30
<b>Утренний круг</b>	8.30	8.50
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение /или самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям.	08.50	10.50
<b>Занятие №1</b>	09.00	09.30
Динамическая пауза	09.30	09.40
<b>Занятие №2</b>	09.40	10.10
Динамическая пауза	10.10	10.20
<b>Занятие №3</b>	10.20	10.50
<b>Второй завтрак</b>	10.50	11.00
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b>	11.00	12.15
<b>Возвращение с прогулки</b> Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам	12.15	12.30
Подготовка к обеду, <b>обед</b> , дежурство	12.30	13.00
Подготовка ко сну, <b>дневной сон</b>	13.00	15.30
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.30	15.45
Подготовка к полднику, <b>полдник</b>	15.45	16.00
Совместная деятельность взрослого с детьми и/или занятия, занятия со специалистами	16.00	16.50
<b>Вечерний круг</b>	16.50	17.00
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b>	17.00	18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, чтение х/л	18.30	18.45
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, досуги. <b>Уход домой</b>	18.45	19.00

**Режим дня  
теплый период  
подготовительная группа  
(6 – 7 лет)**

Содержание	Время проведения	
	Начало	Окончание
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя зарядка	07.00	08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30	09.00
Игры, самостоятельная деятельность	09.00	09.20
Второй завтрак	09.20	09.30
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	09.30	12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00	12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30	15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00	15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25	15.40
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.40	16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.20	18.20
Игры, общение, досуги. Уход домой.	18.20	19.00