

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №1
компенсирующего вида Калининского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 1
Калининского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ГБДОУ детский сад № 1
Калининского района Санкт-Петербурга

В.В. Лаврова
Приказ № 48-р от 30.08.2024 г.

**Режимы дня
на холодный период года на 2024 -2025 учебный год**

**Санкт-Петербург
2024 г.**

**Режим дня
в средней группе № 1**

Режимные моменты	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20
Культурно-гигиенические навыки (КГН) Завтрак	8.20 - 8.45
Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность детей	8.45 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.00
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	10.10 - 10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40 - 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, КГН	12.00 - 12.20
Обед	12.20 - 12.45
Сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.15 -15.30
Полдник	15.30 - 15.50
Вечерний круг. Игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	15.50 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00

**Режим дня
в средней группе № 4**

Режимные моменты	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20
Культурно-гигиенические навыки (КГН) Завтрак	8.20 - 8.45
Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность детей	8.45 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.00
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	10.10 - 10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40 - 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, КГН	12.00 - 12.20
Обед	12.20 - 12.45
Сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.50
Вечерний круг. Игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	15.50 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00

**Режим дня
в старшей группе № 2**

Содержание	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей, дежурство	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Культурно-гигиенические навыки (КГН), завтрак	8.30 - 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.00
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	10.10 - 10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40 - 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей. КГН	12.20 - 12.30
Обед	12.30 -12.50
Сон	12.50 -15.20
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.20 -15.30
Полдник	15.30 -15.50
Занятия.	15.50 - 16.15
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	16.15 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00

**Режим дня
в старшей группе № 6**

Содержание	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей, дежурство	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Культурно-гигиенические навыки (КГН), завтрак	8.30 - 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.00
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	10.10 - 10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40 - 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей. КГН	12.20 - 12.30
Обед	12.30 -12.50
Сон	12.50 -15.20
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.20 -15.30
Полдник	15.30 -15.50
Занятия. Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	15.50 - 16.15 16.15 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00

Режим дня
в старшей группе № 10 на холодный период 2024 -2025 уч. года

Содержание	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей, дежурство	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Культурно-гигиенические навыки (КГН), завтрак	8.30 - 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.00
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	10.10 - 10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40 - 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей. КГН	12.20 - 12.30
Обед	12.30 -12.50
Сон	12.50 -15.20
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.20 -15.30
Полдник	15.30 -15.50
Занятия.	15.50 - 16.15
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	16.15 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00

**Режим дня
в подготовительной к школе группе № 3**

Содержание	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей, дежурство	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Культурно-гигиенические навыки (КГН), завтрак	8.30 - 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50
Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	
Второй завтрак	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.50 - 12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей. КГН	12.25 - 12.35
Обед	12.35 -13.00
Сон	13.00 -15.30
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.30 -15.40
Полдник	15.40 -16.00
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	16.00 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00

**Режим дня
в подготовительной к школе группе № 5**

Содержание	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей, дежурство	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Культурно-гигиенические навыки (КГН), завтрак	8.30 - 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50
Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	
Второй завтрак	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.50 - 12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей. КГН	12.25 - 12.35
Обед	12.35 -13.00
Сон	13.00 -15.30
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.30 -15.40
Полдник	15.40 -16.00
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	16.00 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00

**Режим дня
в подготовительной к школе группе № 7**

Содержание	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей, дежурство	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Культурно-гигиенические навыки (КГН), завтрак	8.30 - 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50
Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	
Второй завтрак	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.50 - 12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей. КГН	12.25 - 12.35
Обед	12.35 -13.00
Сон	13.00 -15.30
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.30 -15.40
Полдник	15.40 -16.00
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	16.00 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00

**Режим дня
в подготовительной к школе группе № 8**

Содержание	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей, дежурство	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Культурно-гигиенические навыки (КГН), завтрак	8.30 - 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50
Второй завтрак	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.50 - 12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей. КГН	12.25 - 12.35
Обед	12.35 -13.00
Сон	13.00 -15.30
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.30 -15.40
Полдник	15.40 -16.00
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	16.00 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00

**Режим дня
в подготовительной к школе группе № 9**

Содержание	Время
Приём детей в детский сад, свободные игры, самостоятельная деятельность детей, дежурство	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Культурно-гигиенические навыки (КГН), завтрак	8.30 - 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50
Совместная деятельность педагогов с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	
Второй завтрак	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.50 - 12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей. КГН	12.25 - 12.35
Обед	12.35 -13.00
Сон	13.00 -15.30
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с воздушными ваннами, КГН	15.30 -15.40
Полдник	15.40 -16.00
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей, выполнение упражнений по заданию логопеда	16.00 - 16.50
Подготовка к прогулке	16.50 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00