

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №37
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по физическому развитию детей
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТЫ
решением Педагогического совета
Протокол №1 от 29.08.2025



УТВЕРЖДЕНЫ
приказом от 29.08.2025 № 122
И.о. заведующего ГБДОУ д/с № 37
А.В. Майсак

РЕЖИМЫ РАБОТЫ ГРУПП
2025-2026
УЧЕБНЫЙ ГОД

Санкт-Петербург
2025

РЕЖИМ ДНЯ

группы раннего возраста № 1 «Капелька»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.15
Утренняя гимнастика	8.15 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	08.50 – 09.55
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.55-10.10
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 – 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30 - 18.40
Уход домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

группы раннего возраста № 2 «Солнышко»
на холодный период 2025-2026 учебного года

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.15
Утренняя гимнастика	8.15 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	08.50 – 09.55
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.55-10.10
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 – 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30 - 18.40
Уход домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

младшей группы № 3 «Золотой ключик»
на холодный период 2025 -2026 учебного года.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.15
Утренняя гимнастика	8.15 -8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	8.50 – 9.05
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.05 – 9.55
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.55 – 10.10
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 – 11.45
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	11.45 – 12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.45 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30 - 18.40
Уход домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

средней группы № 4 «Ромашка»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время (понедельник)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.15 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	8.50 - 9.10
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.10–09.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.30-09.55
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	09.55 - 10.15
Второй завтрак	10.15-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка	10.25 - 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.00 - 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 - 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30 - 18.40
Уход домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

средней группы № 4 «Ромашка»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время (четверг)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.15 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	8.50 - 9.10
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.10–09.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.30-10.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	10.00 - 10.20
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30 - 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.00 - 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.45 - 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30 - 18.40
Уход домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

средней группы № 4 «Ромашка»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время (вторник, среда, пятница)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.15 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.00–09.20
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.20-09.35
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	09.35-09.55
Игры, самостоятельная деятельность детей	09.55-10.15
Второй завтрак	10.15-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка	10.25 - 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.00 - 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.45 - 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30 - 18.40
Уход домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

подготовительной группы № 5 «Ручеек»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время/дни недели Понедельник, вторник, среда
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами	9.00 - 10.10
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	10.10 - 10.30
Второй завтрак	10.30- 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 - 11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	11.45 - 12.00
Занятия со специалистами	12.00-12.30
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 - 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 – 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

подготовительной группы № 5 «Ручеек»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время/дни недели четверг
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	09.00-09.20
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами	9.20 - 10.35
Второй завтрак	10.35 - 10.45
Подготовка к прогулке, прогулка	10.45- 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20-12.30
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами	16.00-16.30
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.30 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 - 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 – 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

подготовительной группы № 5 «Ручеек»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время/дни недели пятница
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами	9.00 - 10.10
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	10.10 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Занятия со специалистами	10.40-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка	11.10–12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20 - 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.30 - 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 – 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

старшей группы № 6 «Теремок»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время Понедельник, пятница
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.55
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	8.55– 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.10 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50– 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 - 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

старшей группы № 6 «Теремок»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время Среда, четверг
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.00– 10.00
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	10.00-10.25
Второй завтрак	10.25 – 10.35
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.10 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50– 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 - 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

старшей группы № 6 «Теремок»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время Вторник
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.00 – 10.00
Совместная и самостоятельная игровая деятельность	10.00-10.25
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	10.25 – 10.50
Второй завтрак	10.50 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.10 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.45 – 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 - 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

средней группы № 8 «Чунга-Чанга»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время (понедельник, среда, четверг, пятница)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.15 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	8.50 - 9.10
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.10–10.00
Второй завтрак	10.00 - 10.15
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	10.15-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35 - 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.00 - 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 - 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30 - 18.40
Уход домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

средней группы № 8 «Чунга-Чанга»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время (вторник)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.15 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.00–09.20
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	09.20-09.50
Второй завтрак	09.50 - 10.00
Занятия со специалистами	10.00-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 - 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.00 - 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 - 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30 - 18.40
Уход домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

подготовительной группы № 9 «Звездочка»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время/дни недели Среда, четверг
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами	9.00 - 10.30
Второй завтрак	10.40 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50 - 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20 - 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 - 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 – 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

подготовительной группы № 9 «Звездочка»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время/дни недели Понедельник, вторник, пятница
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами	9.00 - 10.10
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	10.10 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 - 11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	11.45 - 12.00
Занятия со специалистами	12.00-12.30
Совместная организованная деятельность детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Совместная организованная деятельность детей, занятия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 - 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 – 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

группы раннего возраста №10 «Семицветик» от 1,5-2 лет
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50
Занятия в игровой форме по подгруппам	8.50-9.00 9.00-9.10
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, подготовка к занятиям)	9.10 - 9.20
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.20 - 9.30 9.40 - 9.50
Второй завтрак	9.50 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 - 11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20 - 11.35
Подготовка к обеду, обед	11.35 - 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.20 - 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30 - 18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.20 - 18.40
Уход детей домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

младшей группы № 11 «Чебурашка»
на холодный период 2025 -2026 учебного года.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.15
Утренняя гимнастика	8.15 -8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	8.50 – 9.15
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.15 – 10.10
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 – 11.45
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	11.45 – 12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.45 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30 - 18.40
Уход домой	18.40 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

старшей группы № 12 «Росток»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время/день недели Понедельник, среда
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.00 – 10.45
Второй завтрак	10.45 – 10.55
Подготовка к прогулке, прогулка	10.55 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.10 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.45 – 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 - 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

старшей группы № 12 «Росток»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время/день недели пятница
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	9.00 – 9.25
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.25 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.45
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	10.45-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка	11.10 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.10 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.30 – 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 - 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00

РЕЖИМ ДНЯ

старшей группы № 12 «Росток»
на холодный период 2025-2026 учебного года.

Режимные моменты	Время/день недели Вторник, четверг
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) занятия со специалистами	8.50- 10.25
Второй завтрак	10.25 - 10.35
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	12.10 – 12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, занятия со специалистами, занятия доп. образования.	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 – 18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.40 - 18.50
Уход домой	18.50 - 19.00