

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 53
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом ГБДОУ детского сада
№53 Адмиралтейского района СПб
Протокол от 29.08.2025 г. №1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детским садом №53
Адмиралтейского района СПб
Емашова Н.В.
Приказ от 29.08.2025 г. № 17-р

**Режим дня для детей подготовительной группы
на холодный период года (сентябрь - май)**

Время	Режимные моменты	Длительность
7.00-8.10	Утренний прием, игры	1 ч. 10 мин.
8.10-8.30	Утренняя гимнастика	20 мин
8.30-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак	30 мин.
9.00-9.10	Игры, подготовка к образовательной деятельности	10 мин.
9.00-10.10	Занятие: 1 занятие с 9.00 - 9.30 2 занятие с 9.45-10.10 (9.55-10.25), включая перерыв 10 минут	1 ч. , включая перерыв 10 минут
10.10-10.30	Игры, самостоятельная деятельность , совместная работа со специалистами	20 мин.
10.30-10.40	2-ой завтрак	10 мин.
10.40-12.15	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность)	1 ч.35 мин.
12.15-12.30	Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	15 мин.
12.30-13.00	Подготовка к обеду, обед	30 мин.
13.00-15.30	Подготовка ко сну, сон	2 ч. 30 мин.
15.30-15.40	Постепенный подъем, воздушные ванны	10 мин.
15.40-16.00	Подготовка к полднику, полдник	20 мин
16.00-16.30	Игры, подготовка к образовательной деятельности	30 мин.
16.30-16.55	Занятие	25 мин.
16.55-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка	1 ч 35 мин
18.30-19.00	Игры, самостоятельная деятельность. Уход детей домой	30 мин

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 53
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом ГБДОУ детского сада
№53 Адмиралтейского района СПб
Протокол от 29.08.2025 г. №1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №53
Адмиралтейского района СПб
Емашова Н.В.
Приказ от 29.08.2025 г. № 17-р

**Режим дня для детей подготовительной группы
на теплый период года**

Время	Режимные моменты	Длительность
7.00-8.10	Утренний прием, игры (встреча детей на улице)	1 ч. 10 мин.
8.10-8.30	Утренняя гимнастика	20 мин
8.30-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак	30 мин.
9.00-9.10	Игры, подготовка к образовательной деятельности	10 мин.
9.00-10.15	Занятие: 1 занятие с 9.00 - 9.30 2 занятие с 9.45-10.10, включая перерыв 10 минут	1 ч., включая перерыв 10 минут
10.10-10.30	Игры, самостоятельная деятельность, совместная работа со специалистами	20 мин.
10.30-10.40	2-ой завтрак	10 мин.
10.40-12.15	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность)	1 ч.35 мин.
12.15-12.30	Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	15 мин.
12.30-13.00	Подготовка к обеду, обед	30 мин.
13.00-15.30	Подготовка ко сну, сон	2 ч. 30 мин.
15.30-15.40	Постепенный подъем, воздушные ванны,	10 мин.
15.40-16.00	Подготовка к полднику, полдник	20 мин
16.00-16.20	Игры, самостоятельная деятельность	20 мин.
16.20-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка	2 ч.40 мин.
19.00	Уход детей домой	

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 53
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом ГБДОУ детского сада
№53 Адмиралтейского района СПб
Протокол от 29.08.2025 г. №1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом № 53
Адмиралтейского района СПб
Емашова Н.В.
Приказ от 29.08.2025 г. № 17-р

Адаптационный режим дня для детей подготовительной группы

Время	Режимные моменты	Длительность
7.00-8.10	Утренний прием, игры	1 ч. 10 мин.
8.10-8.30	Утренняя гимнастика	20 мин
8.30-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак	30 мин.
9.00-9.10	Игры, подготовка к образовательной деятельности	10 мин.
9.10-10.10	Совместная деятельность воспитателя и детей, игры и игровые ситуации в рамках мониторинга общая продолжительность, включая 10-минутные перерывы	1 ч.
10.10-10.20	Самостоятельная деятельность	10мин.
10.20-10.30	Подготовка ко 2-му завтраку	10 мин.
10.30-10.40	2-ой завтрак	10 мин.
10.40-12.15	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность)	1 ч.35 мин.
12.15-12.30	Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	15 мин.
12.30-13.00	Подготовка к обеду, обед	30 мин.
13.00-15.30	Подготовка ко сну, сон	2 ч. 30 мин.
15.30-15.40	Постепенный подъем, воздушные ванны,	10 мин.
15.40-16.00	Подготовка к полднику, полдник	20 мин
16.00-16.25	Музыкальный досуг (развлечение) Физкультурный досуг (развлечение)	25 мин.
16.25-17.00	Игры, самостоятельная деятельность, совместная работа со специалистами	35 мин.
17.00-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка	1 ч 30 мин
18.30-19.00	Игры, самостоятельная деятельность. Уход детей домой	30 мин.

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 53
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом ГБДОУ детского сада
№53 Адмиралтейского района СПб
Протокол от 29.08.2025 г. №1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детским садом №53
Адмиралтейского района СПб
Емашова Н.В.
Приказ от 29.08.2025 г. № 17-р

**Гибкий режим дня для детей подготовительной группы на случай плохой погоды
Сентябрь-май**

Время	Режимные моменты	Длительность
7.00-8.10	Утренний прием, игры	1 ч. 10 мин.
8.10-8.30	Утренняя гимнастика	20 мин
8.30-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак	30 мин.
9.00-9.10	Игры, подготовка к образовательной деятельности	10 мин.
9.10-10.10	Занятие: 1 занятие с 9.10 - 9.35 2 занятие с 9.45-10.10(9.55-10.25), включая перерыв 10 минут	1 ч. , включая перерыв 10 минут
10.10-10.30	Игры, самостоятельная деятельность	20 мин.
10.30-10.40	2-ой завтрак	10 мин.
10.40-11.10	Игры, самостоятельная деятельность, совместная работа со специалистами	30 мин.
11.10-11.40	Театрализованные игры, представления	30 мин.
11.40-12.10	Подвижные игры в музыкально-спортивном зале/в группе	30 мин.
12.10-12.30	Чтение художественной литературы	20 мин.
12.30-13.00	Подготовка к обеду, обед	30 мин.
13.00-15.30	Подготовка ко сну, сон	2 ч. 30 мин.
15.30-15.40	Постепенный подъем, воздушные ванны,	10 мин.
15.40-16.00	Подготовка к полднику, полдник	20 мин
16.00-16.30	Игры, подготовка к образовательной деятельности	30 мин.
16.30-16.55	Занятие	25 мин.
16.55-17.25	Игры-экспериментирования	30 мин.
17.25-18.00	Игры, самостоятельная деятельность	35 мин
18.00-18.30	Подвижные игры	30 мин.
18.30-19.00	Игры, самостоятельная деятельность. Уход детей домой	30 мин.

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 53
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом ГБДОУ детского сада
№53 Адмиралтейского района СПб
Протокол от 29.08.2025 г. №1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детским садом №53
Адмиралтейского района СПб
Емашова Н.В.
Приказ от 29.08.2025 г. № 17-р

**Гибкий режим дня для детей подготовительной группы на случай плохой погоды
Июнь-август**

Время	Режимные моменты	Длительность
7.00-8.10	Утренний прием, игры	1 ч. 10 мин.
8.10-8.30	Утренняя гимнастика	20 мин
8.30-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак	30 мин.
9.00-9.10	Игры, подготовка к образовательной деятельности	10 мин.
9.10-10.10	Занятие: 1 занятие с 9.10 - 9.35 2 занятие с 9.45-10.10 (9.55-10.25), включая перерыв 10 минут	1 ч., включая перерыв 10 минут
10.10-10.30	Игры, самостоятельная деятельность , совместная работа со специалистами	20 мин.
10.30-10.40	2-ой завтрак	10 мин.
10.40-11.10	Театрализованные игры, представления	30 мин.
11.10-11.40	Экскурсия в другую группу, помещение детского сада	20 мин.
11.40-12.10	Хороводные игры/ Подвижные игры, самостоятельная деятельность	30 мин.
12.10-12.30	Чтение художественной литературы	20 мин.
12.30-13.00	Подготовка к обеду, обед	30 мин.
13.00-15.30	Подготовка ко сну, сон	2 ч. 30 мин.
15.30-15.40	Постепенный подъем, воздушные ванны,	10 мин.
15.40-16.00	Подготовка к полднику, полдник	20 мин
16.00-16.30	Игры, индивидуальная работа	30 мин.
16.30-16.55	Музыкальный, физкультурный досуг	25 мин.
16.55-17.25	Игры-экспериментирования	30 мин.
17.25-18.00	Игры, самостоятельная деятельность	35 мин
18.00-18.30	Подвижные игры	30 мин.
18.30-19.00	Игры, самостоятельная деятельность. Уход детей домой	30 мин.
19.00	Уход детей домой	