

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 133
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «29» августа 2025 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №133
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга
/Н.В. Смирнова/
Приказом от «29» августа 2025 № 11

Режим дня
на холодный период года
(при благоприятных погодных условиях)
Группа № 1 (группа раннего возраста)

07.00 – 08.00	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика
08.00 – 08.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 1
08.40 – 09.00	Игры, подготовка к занятиям
09.00 – 09.30	Занятия*** (<i>по подгруппам</i>) с учетом 10-минутного перерыва
09.30 – 09.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 2
09.40 – 11.00	Подготовка к прогулке. ПРОГУЛКА* (1 час)
11.00 – 11.45	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. ОБЕД
11.45 – 15.00	Подготовка ко сну. ДНЕВНОЙ СОН**
15.00 – 15.40	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, подготовка к полднику. ПОЛДНИК
15.40 – 16.00	Активное бодрствование детей
16.00 – 16.30	Занятия*** (<i>по подгруппам</i>) с учетом 10-минутного перерыва
16.30 – 19.00	Подготовка к прогулке. ПРОГУЛКА (2 часа). Уход детей домой

Примечание: Примерный режим дня для детей раннего возраста при 12-часовом пребывании в ДОО, составлен с учетом требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20, СанПиН 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21:

*Продолжительность прогулок для детей до 7 лет составляет не менее 3 часов в день. При температуре воздуха ниже минус 15° С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. (Табл. 6.7)

**Продолжительность дневного сна ля детей от 1,5 до 3 лет - не менее 3 часов (Табл.6.7)

*** Начало занятий - не ранее 08:00, окончание – не позднее 17:00. Продолжительность занятия ля детей от 1,5 до 3 лет - 10 минут. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 1,5 до 3 лет - 20 минут. Продолжительность перерывов между занятиями, не менее 10 минут. Перерыв во время занятий для гимнастики – не менее 2 минут (Табл.6.6)

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 133
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «29» августа 2025 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №133
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга
/Н.В. Смирнова/
Приказом от «29» августа 2025 № 11

Режим дня
на холодный период года
(при неблагоприятных погодных условиях)
Группа № 1 (группа раннего возраста)

07.00 – 08.00	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика
08.00 – 08.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 1
08.40 – 09.00	Игры, подготовка к занятиям
09.00 – 09.10	Занятия (по подгруппам) с учетом 10-минутного перерыва
09.20 – 09.30	
09.30 – 09.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 2
09.40 – 11.00	Совместная деятельность педагогов с детьми; активное бодрствование детей в группе
11.00 – 11.45	Подготовка к обеду. ОБЕД
11.45 – 15.00	Подготовка ко сну. ДНЕВНОЙ СОН
15.00 – 15.40	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, подготовка к полднику. ПОЛДНИК
15.40 – 16.00	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)
16.00 – 16.10	Занятия (по подгруппам) с учетом 10-минутного перерыва
16.20 – 16.30	
16.30 – 19.00	Совместная деятельность педагогов с детьми; самостоятельная деятельность детей в группе. Уход детей домой

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 133
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «29» августа 2025 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №133
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга
/Н.В. Смирнова/
Приказом от «29» августа 2025 № 11

Режим дня
на теплый период года (ЛОК)
(при благоприятных погодных условиях)
Группа № 1 (группа раннего возраста)

07.00 – 08.20	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика
08.20 – 09.00	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 1
09.00 – 09.30	Совместная деятельность педагогов с детьми, активное бодрствование детей в группе
09.30 – 09.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 2
09.40 – 11.00	Подготовка к прогулке. ПРОГУЛКА (1 час) (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность детей)
11.00 – 11.45	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. ОБЕД
11.45 – 15.00	Подготовка ко сну. ДНЕВНОЙ СОН
15.00 – 15.40	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, подготовка к полднику. ПОЛДНИК
15.40 – 16.00	Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность педагогов с детьми, в том числе - индивидуальная работа педагогов с детьми
16.00 – 16.30	Подготовка к прогулке.
16.30 – 19.00	ПРОГУЛКА (2 часа 30 минут). Уход детей домой

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 133
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «29» августа 2025 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №133
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга
/Н.В. Смирнова/
Приказом от «29» августа 2025 № 11

Режим дня
на теплый период года (ЛОК)
(при неблагоприятных погодных условиях)
Группа № 1 (группа раннего возраста)

07.00 – 08.20	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика
08.20 – 09.00	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 1
09.00 – 09.30	Совместная деятельность педагогов с детьми, самостоятельная деятельность детей в группе
09.30 – 09.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 2
09.40 – 11.00	Совместная деятельность педагогов с детьми, активное бодрствование детей в группе
11.00 – 11.45	Подготовка к обеду. ОБЕД
11.45 – 15.00	Подготовка ко сну. ДНЕВНОЙ СОН
15.00 – 15.40	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры подготовка к полднику. ПОЛДНИК
15.40 – 19.00	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое), совместная деятельность педагогов с детьми, в том числе - индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой