

ПРИНЯТ

решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада №11 Адмиралтейского района СПб  
Протокол от «30» августа 2024 г. № 1

УТВЕРЖДЕН

заведующим ГБДОУ детским садом №11  
Адмиралтейского района СПб  
И.Р. Граф.  
Приказ от «30» августа 2024 г. № 37

**РЕЖИМ ДНЯ в старшей группе общеразвивающей направленности для детей  
(5-6 лет) на холодный период (сентябрь-май)**

| Режимные моменты                                                                                                                                                                                    | Время        | Длительность |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|
| Прием детей, осмотр, взаимодействие с родителями; беседы с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей.                                                                                      | 7.00-8.10    | 1 час 10 мин |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                                                 | 8.10-8.20    | 10 мин       |
| Подготовка к завтраку, дежурство завтрак                                                                                                                                                            | 8.20-8.50    | 30 мин       |
| Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятию                                                                                                                                            | 8.50-9.00    | 10 мин       |
| Занятие 1                                                                                                                                                                                           | 9.00 – 9.25  | 25 мин       |
| Динамическая разминка                                                                                                                                                                               | 9.25-9.35    | 10 мин       |
| Занятие 2                                                                                                                                                                                           | 9.45 – 10.05 | 25 мин       |
| Второй завтрак                                                                                                                                                                                      | 10.05-10.15  | 10 мин       |
| Самостоятельная деятельность, игры, беседы, чтение художественной литературы.                                                                                                                       | 10.15- 10.45 | 30 мин       |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                                                                                     | 10.45-12.15  | 1 час 30 мин |
| Возвращение с прогулки, дежурство.                                                                                                                                                                  | 12.15-12.30  | 15 мин       |
| Обед                                                                                                                                                                                                | 12.30-12.50  | 20 мин       |
| Подготовка ко сну. Дневной сон.                                                                                                                                                                     | 12.50-15.20  | 2 часа 30мин |
| Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, бодрящая гимнастика после сна (профилактика плоскостопия), самостоятельная деятельность детей.                                                    | 15.20-15.35  | 15 мин       |
| Самостоятельная деятельность. Подготовка к полднику                                                                                                                                                 | 15.35-15.50  | 15 мин       |
| Полдник                                                                                                                                                                                             | 15.50-16.10  | 20 мин       |
| Занятие 3                                                                                                                                                                                           | 16.10-16.35  | 25 мин       |
| Подготовка к прогулке. Прогулка.                                                                                                                                                                    | 16.35-18.30  | 1 час 55 мин |
| Возвращение с прогулки. Игры, самостоятельная художественно - творческая деятельность детей, организация выставок продуктов творческой деятельности детей. Взаимодействие с родителями, уход домой. | 18.30-19.00  | 30 мин       |

ПРИНЯТ

решением Педагогического совета  
ГБДОУ детским садом №11 Адмиралтейского района СПб  
Протокол от «30» августа 2024 г. № 1

УТВЕРЖДЕН

заведующий ГБДОУ детским садом №11  
Адмиралтейского района СПб  
И.В. Граф  
Приказ от «30» августа 2024 г. № 37

**РЕЖИМ ДНЯ в старшей группе для детей  
(5-6 лет) при ненастной погоде - дождь, сильный ветер, мороз**

| Режимные моменты                                                                                                                                                                                                                                  | Время       | Длительность  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|
| Прием детей, осмотр, взаимодействие с родителями; беседы с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей.                                                                                                                                    | 7.00-8.10   | 1 час 10 мин  |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                                                                                               | 8.10-8.20   | 10 мин        |
| Подготовка к завтраку, дежурство                                                                                                                                                                                                                  | 8.20-8.50   | 30 мин        |
| Завтрак                                                                                                                                                                                                                                           | 8.50-9.00   | 10 мин        |
| Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям                                                                                                                                                                                         | 9.00-9.25   | 25 мин        |
| Занятие 1                                                                                                                                                                                                                                         | 9.25-9.35   | 10 мин        |
| Динамическая разминка                                                                                                                                                                                                                             | 9.35-10.00  | 25 мин        |
| Занятие 2                                                                                                                                                                                                                                         | 10.00-10.10 | 10 мин        |
| Второй завтрак                                                                                                                                                                                                                                    | 10.10-12.10 | 2 час 00 мин  |
| Совместная деятельность педагога с детьми. Чтение стихов, подвижные, спортивные игры, ролевые игры, индивидуальная работа, дидактические игры, беседы с детьми, общение по интересам, исследовательская деятельность. Самостоятельные игры детей. | 12.10-12.25 | 15 мин        |
| Подготовка к обеду, дежурство                                                                                                                                                                                                                     | 12.25-12.45 | 20 мин        |
| Обед                                                                                                                                                                                                                                              | 12.45-15.15 | 2 часа 30 мин |
| Подготовка ко сну. Дневной сон.                                                                                                                                                                                                                   | 15.15-15.30 | 15 мин        |
| Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, бодрящая гимнастика после сна (профилактика плоскостопия), самостоятельная деятельность детей.                                                                                                  | 15.35-15.50 | 15 мин        |
| Самостоятельная деятельность. Подготовка к полднику                                                                                                                                                                                               | 15.50-16.10 | 20 мин        |
| Полдник                                                                                                                                                                                                                                           | 16.10-16.35 | 25 мин        |
| Занятие 3                                                                                                                                                                                                                                         | 15.30-15.50 | 35 мин        |
| Самостоятельная деятельность. Игры детей, детское творчество.                                                                                                                                                                                     | 16.10-16.35 | 25 мин        |
| Совместная деятельность воспитателя с детьми индивидуальная и подгрупповая работа с детьми по видам деятельности, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, досуги                                                         | 16.35-18.30 | 1 час 55 мин  |
| Подвижные игры, сюжетно - ролевые игры, индивидуальная работа по развитию движений, дидактические игры, исследовательская деятельность, беседы с детьми                                                                                           | 18.30-19.00 | 30 мин        |
| Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми по разным образовательным областям, организация выставок продуктов творческой деятельности детей. Взаимодействие с родителями, уход домой                                                           |             |               |



решением Педагогического совета  
ГБДОУ детским садом №11 Адмиралтейского района СПб  
Протокол от «30» августа 2024 г. № 1



заведующим ГБДОУ детским садом №11  
Адмиралтейского района СПб  
И.Р. Граф  
Приказ от «30» августа 2024 г. № 33



### ВАРИАТИВНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ в старшей группе (5-6 лет) на летний период

| Режимные моменты                                                                                                                                                                                                                  | Время       | В<br>помеще<br>нии | Теплая<br>погода<br>(на<br>улице) | Прохлада<br>погода (в<br>помеще<br>нии) |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------|
| Прием детей, осмотр, взаимодействие с родителями; беседы с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей                                                                                                                     | 7.00-8.10   |                    | •                                 | •                                       |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                                                                               | 8.10-8.20   |                    | •                                 | •                                       |
| Подготовка к завтраку, дежурство Завтрак                                                                                                                                                                                          | 8.20-8.50   | •                  |                                   |                                         |
| Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям                                                                                                                                                                         | 8.50-9.00   |                    | •                                 | •                                       |
| Занятие (развивающие образовательные ситуации на игровой основе по физическому и художественно- эстетическому развитию).                                                                                                          | 9.00-9.25   |                    |                                   |                                         |
| Игры детей                                                                                                                                                                                                                        | 9.25-10.00  |                    |                                   |                                         |
| Второй завтрак                                                                                                                                                                                                                    | 10.00-10.10 | •                  |                                   |                                         |
| Совместная деятельность воспитателя с детьми в индивидуальной и подгрупповой форме. Самостоятельная деятельность, игры, беседы, экспериментально-исследовательская деятельность, театрализация, чтение художественной литературы. | 10.10-10.40 |                    | •                                 | •                                       |
| Подготовка к прогулке. Прогулка.                                                                                                                                                                                                  | 10.40-12.15 |                    | •                                 |                                         |
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, дежурство.                                                                                                                                                                            | 12.15-12.30 | •                  |                                   |                                         |
| Обед                                                                                                                                                                                                                              | 12.30-12.50 | •                  |                                   |                                         |
| Подготовка ко сну. Дневной сон.                                                                                                                                                                                                   | 12.50-15.20 | •                  |                                   |                                         |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна                                                                                                                                                                                 | 15.20-15.35 | •                  |                                   |                                         |
| Самостоятельная деятельность. Игры детей. Совместная деятельность воспитателя с детьми, детское творчество.                                                                                                                       | 15.35-15.55 | •                  |                                   |                                         |
| Подготовка к полднику Полдник                                                                                                                                                                                                     | 15.50-16.10 | •                  |                                   |                                         |
| Совместная образовательная деятельность воспитателя с детьми                                                                                                                                                                      | 16.10-16.35 |                    | •                                 | •                                       |
| Подготовка к прогулке. Прогулка.                                                                                                                                                                                                  | 16.35-18.30 |                    | •                                 |                                         |
| Возвращение с прогулки. художественно - творческая деятельность детей, дидактические и развивающие игры, организация выставок деятельности детей, Взаимодействие с родителями, уход домой                                         | 18.30-19.00 |                    | •                                 | •                                       |