

Согласовано:
Врач ДПО №24
Карпинская Т.В

Утверждено:
Заведующий ГБДОУ детского сада №20
Василеостровского района
Л.Ю. Сладкова
Приказ № 25-ОД от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ

в подготовительной группе (6-7 лет)

Холодный период

Виды деятельности	время
Взаимодействие с родителями, прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00 - 08.20
Утренняя гимнастика	8.20 -08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 08-50
Совместная деятельность со взрослым. Занятия . Самостоятельная игровая деятельность, игры, индивидуальная работа	8.50- 10.10
Второй завтрак	10.10-10.20
Совместная деятельность со взрослым. Занятия , самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа,	10.20-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20 - 12-25
Подготовка к обеду, обед	12.25 -12.50
Дневной сон	12.50- 15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна, самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослым	15.20-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Совместная деятельность со взрослым, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа	15.40-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-19.00

Согласовано:
Врач ДПО №24
Карпинская Т.В

Утверждено:
Заведующий ГБДОУ детского сада №20
Василеостровского района
Л.Ю. Сладкова
Приказ № 25-ОД от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
в старшей группе (5-6 лет)
Холодный период

Виды деятельности	время
Взаимодействие с родителями, прием детей, самостоятельная деятельность, игры	07.00-08.15
Утренняя гимнастика	08.15 -08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 - 08.45
Совместная деятельность со взрослым. Занятия . Самостоятельная игровая деятельность, игры, индивидуальная работа	08.45 – 10.20
Второй завтрак	10.20 -10.30
Самостоятельная игровая деятельность ,игры, индивидуальная работа	10.30- 10.35
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35 -12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.15- 12-20
Подготовка к обеду Обед	12.20-12.50
Дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна, самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослым	15.20-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
Совместная деятельность со взрослым, Занятия . самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа	15.45-16.30
Подготовка к прогулке , прогулка , уход детей домой	16.30 - 19.00

Согласовано:
Врач ДПО №24
Карпинская Т.В

Утверждено:
Заведующий ГБДОУ детского сада №20
Василеостровского района
Л.Ю. Сладкова
Приказ № 25 -ОД от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
в средней группе (4-5 года)
Холодный период

Виды деятельности	время
Взаимодействие с родителями, прием детей, самостоятельная деятельность, игры	07.00 -08.10
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
Совместная деятельность со взрослым Занятия . самостоятельная игровая деятельность, игры, индивидуальная работа	08.50 - 10.00
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке , прогулка	10.10 - 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, спокойные игры	12.00-12-20
Подготовка к обеду, обед	12.20- 12.45
Дневной сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, гимнастика после сна, самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослым	15.15-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-16.00
Совместная деятельность со взрослым, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа	16.00-16.50
Подготовка к прогулке , прогулка, уход детей домой	16.50-19.00

Согласовано:
Врач ДПО №24
Карпинская Т.В

Утверждено:
Заведующий ГБДОУ детского сада №20
Василеостровского района
Л.Ю. Сладкова
Приказ № 25 -ОД от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
в младшей группе (3-4 года)
Холодный период

Виды деятельности	время
Взаимодействие с родителями, прием детей, самостоятельная деятельность, игры.	07.00-08.05
Утренняя гимнастика	08.05-08.15
Подготовка к завтраку, завтрак	08.15 - 08.40
Совместная деятельность со взрослым, Занятия . Самостоятельная игровая деятельность, игры, индивидуальная работа	08.40 – 9.50
Второй завтрак	09.50-10.00
Подготовка к прогулке ,прогулка	10.00 -11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, спокойные игры	11.50- 12-10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.45
Дневной сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, гимнастика после сна, самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослым	15.15 - 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Совместная деятельность со взрослым, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа.	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке , прогулка , уход детей домой	16.30- 19.00

Согласовано:
Врач ДПО №24
Карпинская Т.В

Утверждено:
Заведующий ГБДОУ детского сада №20
Василеостровского района
Л.Ю. Сладкова
Приказ № 25-ОД от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
в группе раннего возраста (1-2лет)
Холодный период

Виды деятельности	время
Взаимодействие с родителями, прием детей, самостоятельная деятельность, игры, совместная деятельность.	07.00-08.05
Утренняя гимнастика	08.05 -08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 -08.30
Совместная деятельность со взрослым, Занятия , игры, индивидуальная работа	08.30 -09.40
Второй завтрак	09.40-09.50
Подготовка к прогулке , прогулка	09.50-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, спокойные игры	11.30 -12-00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Дневной сон	12.30-15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна, самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослым	15.30-15.45
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.10
Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, совместная деятельность со взрослым	16.10-16.30
Подготовка к прогулке ,прогулка, уход детей домой	16.30-19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 20 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,** Сладкова Людмила Юрьевна, Заведующий

16.09.25 14:36 (MSK)

Сертификат 00BF0D89C05E98609ED9D7C4D9033EAD2E