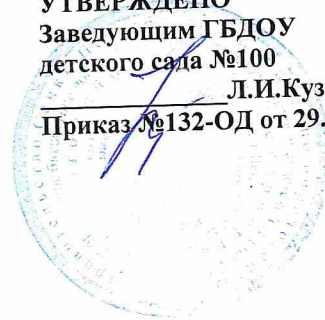


Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 100 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
на Педагогическом Совете  
ГБДОУ детского сада №100  
протокол №1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим ГБДОУ  
детского сада №100  
Л.И.Кузнецова  
Приказ №132-ОД от 29.08.2025г



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА**  
**круглосуточная (4-7 лет)**  
**(На холодный период)**

Вид деятельности	Время
Подъем детей. Гигиенические процедуры	07.00 – 07.30
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры.	08.00 – 08.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.30 – 08.50
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	08.50 – 09.00
ООД (занятия) по подгруппам (общая длительность, включая перерывы)	09.00 – 10.45
Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.45 – 12.10
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	12.10 - 12.20
Подготовка к обеду. Обед	12.20 - 12.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, дневной сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие гигиенические процедуры	15.15 – 15.25
Подготовка к полднику. Полдник	15.25 – 15.40
ООД(занятие)	15.40 – 16.10
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность	16.10 – 17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	18.30 – 18.40
Подготовка к ужину. Ужин	18.40 – 19.00
Самостоятельная деятельность, чтение, беседы, спокойные игры	19.10 – 20.45
Подготовка ко сну. Ночной сон	20.45 – 07.00

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 100 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
на Педагогическом Совете  
ГБДОУ детского сада №100  
протокол №1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим ГБДОУ  
детского сада №100  
Л.И.Кузнецова  
Приказ №132-Од от 29.08.2025г

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА**  
**круглосуточная (4-7 лет)**  
**(На плохую погоду)**

Вид деятельности	Время
Подъем детей. Гигиенические процедуры	07.00 – 07.30
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	08.00 – 08.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.30 – 08.50
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	08.50 – 09.00
ООД (занятия)(общая длительность, включая перерывы)	09.00 – 10.45
Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.00 – 10.10
Гигиенические процедуры. Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность: чтение художественной литературы, беседы, индивидуальная работа с детьми, игры-развлечения, театрализованная деятельность и др.	10.45 – 12.20
Подготовка к обеду. Обед	12.20 – 12.45
Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну. Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	15.15 – 15.25
Подготовка к полднику. Полдник	15.25 – 15.40
ООД(занятие)	15.40 – 16.10
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми, коллективные игры, театрализованная деятельность.	16.10 – 18.40
Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину. Ужин	18.40 – 19.00
Самостоятельная деятельность, чтение, беседы, спокойные игры	19.00 – 20.45
Подготовка ко сну. Ночной сон	20.45 – 07.00

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 100 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
на Педагогическом Совете  
ГБДОУ детского сада №100  
протокол №1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим ГБДОУ  
детского сада №100  
Л.И.Кузнецова  
Приказ №132-ОД от 29.08.2025г

**РЕЖИМ ДНЯ  
РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА  
круглосуточная (4-7 лет)  
(Щадящий)**

Вид деятельности	Время
Подъём детей. Гигиенические процедуры	07.00 – 7.30
Прием детей, осмотр, игры	07.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (облегченная)	08.00 – 8.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.10 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	08.50 – 09.00
ООД(занятие)	9.00 – 10.45
Второй завтрак.	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке (одеть последним) Прогулка (под особым наблюдением) Игры, наблюдения, труд, п/игры, индивидуальная работа.	10.45 – 12.10
Возвращение с прогулки (раздеть первого), водные процедуры (обратить внимание на температуру воды)	12.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед.	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну, сон.	12.45 – 15.15
Постепенный подъем (по мере пробуждения), бодрящая гимнастика, воздушные и закаливающие процедуры (по назначению врача). Гигиенические процедуры	15.15 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник.	15.25 – 15.40
ООД(занятие)	15.40 – 16.10
Игры, самостоятельная деятельность, организованная детская деятельность. Чтение художественной литературы	16.10 – 17.00
Подготовка к прогулке (одеть последним), прогулка (под особым наблюдением), возвращение с прогулки, игры, совместная деятельность	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	18.30 – 18.40
Подготовка к ужину. Ужин	18.40 – 19.00
Самостоятельная деятельность, чтение, беседы, спокойные игры	19.10 – 20.45
Подготовка ко сну. Ночной сон	20.45 – 07.00

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 100 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
на Педагогическом Совете  
ГБДОУ детского сада №100  
протокол №1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим ГБДОУ  
детского сада №100  
Л.И.Кузнецова  
Приказ №132-ОД от 29.08.2025г

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА**  
**круглосуточная (4-7 лет)**  
**(На время карантина)**

Вид деятельности	Время
Подъём детей. Гигиенические процедуры	07.00 – 07.30
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры.	08.00 – 08.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.30 – 08.50
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	08.50 – 09.00
ООД (занятия) по подгруппам (общая длительность, включая перерывы). Занятия познавательного характера	09.00 – 10.35
Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.35 – 12.10
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	12.10 - 12.20
Подготовка к обеду. Обед	12.20 -12.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, дневной сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, закаливающие гигиенические процедуры	15.15 – 15.25
Подготовка к полднику. Полдник	15.25 – 15.40
ООД(занятие). Занятия познавательного характера	15.40 – 16.05
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность	16.05 – 16.50
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.50 – 18.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	18.30 – 18.40
Подготовка к ужину. Ужин	18.40 – 19.00
Самостоятельная деятельность, чтение, беседы, спокойные игры	19.10 – 20.45
Подготовка ко сну. Ночной сон	20.45 – 07.00