

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 СРЕДНЯЯ ГРУППА
(4-5 лет)
(На холодный период)

Вид деятельности	Время
Прием детей, осмотр, игры, дежурство	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика.	08.10 - 08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 - 08.55
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.55 - 9.10
ООД(занятие)	9.00 - 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак.	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке.	10.10 - 10.20
Прогулка: Игры, наблюдения, труд, п/игры, индивидуальная работа.	10.20 - 12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры.	12.00 - 12.20
Подготовка к обеду, обед.	12.20 - 12.45
Подготовка ко сну, сон.	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные и закаливающие процедуры.	15.15 - 15.35
Подготовка к полднику, полдник.	15.35 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность, организованная детская деятельность	16.00 - 16.20
Чтение художественной литературы	16.20 - 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка. возвращение с прогулки, игры, совместная деятельность	16.35 - 19.00
Уход детей домой	19.00

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 СРЕДНЯЯ ГРУППА
(4-5 лет)
(На плохую погоду)

Вид деятельности	Время
Прием детей, осмотр, игры,	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика.	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 - 08.55
Игры, подготовка к образовательной деятельности	08.55 - 09.10
ООД(занятие)	09.00 - 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак.	10.00 - 10.10
Совместная деятельность воспитателя с детьми по подгруппам и индивидуально, чтение художественной литературы, сюжетно-ролевые игры, игры малой подвижности.	10.10 - 12.20
Подготовка к обеду, обед.	12.20 - 12.45
Подготовка ко сну, сон.	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные и закаливающие процедуры.	15.15 - 15.35
Подготовка к полднику, полдник.	15.35 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность, организованная детская деятельность	16.00 - 16.20
Чтение художественной литературы	16.20 - 16.35
Игры, развивающие и сюжетно-ролевые, совместная деятельность воспитателя с детьми, развлечения, подвижные игры	16.35 - 19.00
Уход детей домой	19.00

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 СРЕДНЯЯ ГРУППА
(4-5 лет)
(Щадящий)

Вид деятельности	Время
Прием детей, осмотр, игры,	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика.(облегченная)	08.10 - 08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 - 08.55
Игры, подготовка к образовательной деятельности	08.55 - 09.10
ООД(занятие)	09.00 - 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак.	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке.(одеть последним)	10.10 - 10.20
Прогулка (под особым наблюдением) Игры, наблюдения, труд, п/игры, индивидуальная работа.	10.20 - 12.00
Возвращение с прогулки (раздеть первого), водные процедуры.(обратить внимание на температуру воды)	12.00 - 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).	15.15 - 15.35
Подготовка к полднику, полдник.	15.35 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность, организованная детская деятельность	16.00 - 16.20
Чтение художественной литературы	16.20 - 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка. возвращение с прогулки, игры, совместная деятельность	16.35 - 19.00
Уход детей домой	19.00

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 СРЕДНЯЯ ГРУППА
(4-5 лет)
(На период карантина)

Вид деятельности	Время
Прием детей, осмотр, игры,	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика.	08.10 - 08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 - 08.55
Игры, подготовка к образовательной деятельности	08.55 - 09.10
ООД(занятие). Занятия познавательного характера	09.00 - 09.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак.	09.50 - 10.00
Подготовка к прогулке.	10.00 - 10.10
Прогулка: Игры, наблюдения, труд, п/игры, индивидуальная работа.	10.10-12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры.	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед.	12.20-12.45
Подготовка ко сну, сон.	12.45 -15.15
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные и закаливающие процедуры.	15.15-15.35
Подготовка к полднику, полдник.	15.35-16.00
Игры, самостоятельная деятельность, организованная детская деятельность	16.00-16.20
Чтение художественной литературы	16.20-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка. возвращение с прогулки, игры, совместная деятельность	16.35-19.00
Уход детей домой	19.00