Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 87 Красносельского района СПб
(ГБДОУ детский сад № 87 Красносельского района СПб)

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол №7 от «26» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
№ 57-ОД от «29» августа 2025г

РЕЖИМЫ ДНЯ

Холодный период

для детей 1,6-7 лет на 2025-2026 учебный год

Санкт-Петербург

2025

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
1-младшая группа № 2 (2 - 3 года)
на 2025-2026 учебный год

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00- 8.00
Утренняя гимнастика	8. 00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.30- 8.45
Образовательная деятельность (с перерывом)	8.45–8.55 – 9.15 (по подгруппам)
Второй завтрак	9.30-9.40
Подготовка к прогулке	9.40-10.00
Прогулка	10.00-11.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.00-11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 16.00
Самостоятельная деятельность	16.00-16.10
Образовательная деятельность №2 (по четвергам) Совместная образовательная деятельность (по подгруппам, индивидуально)	15.50-16.00 16.00-16.40
Подготовка к прогулке	16.40-16.50
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.50-18.40
Уход детей домой	До 19.00
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную	

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
Группа раннего возраста № 4 (1,6 - 2 года)
на 2025-2026 учебный год

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00- 8.00
Утренняя гимнастика	8. 00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.30- 8.50
Образовательная деятельность (с перерывом)	8.50–9.05 – 9.15 (по подгруппам)
Второй завтрак	9.30-9.40
Подготовка к прогулке	9.40-10.00
Прогулка	10.00-11.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.00-11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 16.00
Самостоятельная деятельность	16.00-16.10
Совместная образовательная деятельность (по подгруппам, индивидуально)	16.10-16.20
Подготовка к прогулке	16.20-16.40
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.40-18.40
Уход детей домой	До 19.00
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную	

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
1-младшая группа № 3 (2-3 года)
на 2025-2026учебный год

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00- 8.00
Утренняя гимнастика	8. 00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.30- 8.50
Образовательная деятельность (с перерывом)	8.50–9.05 – 9.15 (по подгруппам)
Второй завтрак	9.30-9.40
Подготовка к прогулке	9.40-10.00
Прогулка	10.00-11.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.00-11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 16.00
Самостоятельная деятельность	16.00-16.10
Совместная образовательная деятельность (по подгруппам, индивидуально)	16.10-16.20
Подготовка к прогулке	16.20-16.40
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.40-18.40
Уход детей домой	До 19.00
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную	

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
2-младшая группа № 7 (3-4 года)
на 2025-2026 учебный год

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00 -8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20- 8.40
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.40- 8.50
Образовательная деятельность №1 (с перерывом) Образовательная деятельность №2	9.00-9.15 9.25-9.40
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке	10.30 – 10.40
Прогулка	10.40-11.40
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.30 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 15.50
Самостоятельная деятельность	15.50-16.00
Образовательная деятельность № 2 (по понедельникам) Совместная образовательная деятельность (по подгруппам, индивидуально)	16.00-16.15
Подготовка к прогулке	16.20 – 16.40.
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.40-18.40
Уход детей домой	До 19.00
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную	

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
2-младшая группа № 9 (3-4 года)
на 2025-2026 учебный год

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00 -8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20- 8.40
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.40- 8.50
Образовательная деятельность №1 (с перерывом) Образовательная деятельность №2	9.00-9.15 9.25-9.40
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке	10.30 – 10.40
Прогулка	10.40-11.40
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.30 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 15.50
Самостоятельная деятельность	15.50-16.00
Образовательная деятельность № 2 (по понедельникам) Совместная образовательная деятельность (по подгруппам, индивидуально)	16.00-16.15
Подготовка к прогулке	16.20 – 16.40.
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.40-18.40
Уход детей домой	До 19.00
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную	

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
Средняя группа № 8 (4-5 лет)
на 2025-2026 учебный год

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00 -8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20- 8.40
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.40- 8.50
Образовательная деятельность №1 (с перерывом) Образовательная деятельность №2	08.50-9.10 09.25-9.45
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке	10.30 – 10.50
Прогулка	10.50-11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.50-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 - 15.50
Самостоятельная деятельность	15.50-16.00
Образовательная деятельность (при наличии) (по подгруппам, индивидуально)	16.00-16.20
Подготовка к прогулке	16.20 – 16.40.
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.40-18.40
Уход детей домой	До 19.00
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную	

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
Старшая группа № 1 (5-6 лет)
на 2025-2026 учебный год

Режимные моменты	Время	По четвергам
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10	
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.20	8.50-9.00
Образовательная деятельность №1 (с перерывом) Образовательная деятельность №2 (при наличии)	9.20-9.45 9.55 – 10.20/	9.00-10.00 10.20-10.45
Второй завтрак	10.20-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке	10.20-10.40	10.45-11.00
Прогулка	10.40-12.10	11.00-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20	
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.30	
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.30-15.40	
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	
Самостоятельная деятельность	16.00-16.05	
Образовательная деятельность (при наличии) (по подгруппам, индивидуально)	16.05-16.30	
Подготовка к прогулке	16.30-16.45	
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.45-18.40	
Уход детей домой	До 19.00	
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную		

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
Старшая группа № 10 (5-6 лет)
на 2025-2026 учебный год

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Образовательная деятельность №1 (с перерывом) Образовательная деятельность №2 (при наличии)	9.00 - 9.25 9.55–10.20
Второй завтрак	10.20-10.20
Подготовка к прогулке	10.20-10.40
Прогулка	10.40-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.30
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00
Самостоятельная деятельность	16.00-16.10
Образовательная деятельность (при наличии) (по подгруппам, индивидуально)	16.10-16.35
Подготовка к прогулке	16.35-16.45
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.45-18.40
Уход детей домой	До 19.00
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную	

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
Подготовительная к школе группа № 6 (6-7 лет)
на 2025-2026 учебный год

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Образовательная деятельность №1 Образовательная деятельность №2 Образовательная деятельность №3	9.00–9.3 9.40-9.20 10.30 – 11.00
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.30
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00
Самостоятельная деятельность	16.00-16.00
Образовательная деятельность (при наличии) (по подгруппам, индивидуально)	16.00-16.30/ 16.30-16.50
Подготовка к прогулке	16.30-16.45
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.45-18.40
Уход детей домой	До 19.00
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную	

СОГЛАСОВАНО
врач _____
В.Л. Юрасова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детским садом №87
Красносельского района СПб
_____ Г.Н.Кипрушенкова
от «_____» _____2025 г

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период
Подготовительная к школе группа № 5 (6-7 лет)
на 2025-2026 учебный год

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, индивидуальная работа, беседы с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Образовательная деятельность №1 Образовательная деятельность №2 Образовательная деятельность №3	9.00–9.30 9.40-10.20 10.30 – 11.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.30
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00
Самостоятельная деятельность	16.00-16.10
Образовательная деятельность (при наличии) (по подгруппам, индивидуально)	16.10-16.30/ 16.30-17.00
Подготовка к прогулке	16.30-16.45
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	16.45-18.40
Уход детей домой	До 19.00
В холодную, дождливую, ветреную погоду прогулка сокращается или заменяется разнообразными видами деятельности, включая двигательную	