

СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
Городская поликлиника № 73
ДПО № 6

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 61
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ №67 от 29.08.2025

_____/ Кириллова Т.А.

_____/ Рыбакова А.В.

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях

ГРУППА «СОЛНЫШКО»

Режимные моменты	Время
Утренний прием, термометрия, осмотр и опрос родителей о состоянии здоровья детей, игры, индивидуальная работа.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика.	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	8.10 – 8.20
Завтрак.	8.20 – 8.50
Подготовка к проведению занятий. Игровая и самостоятельная детская деятельность.	8.50 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут).	9.00 – 9.30
Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность.	9.30 – 9.40
Подготовка ко второму завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	9.40 – 9.50
Второй завтрак.	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке.	10.00 – 10.20
Прогулка.	10.20 – 11.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.	11.30 – 11.45
Обед.	11.45 – 12.00
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение художественной литературы.	12.00 – 12.30
Дневной сон.	12.30 – 15.30
Постепенный подъем. Бодрящая гимнастика. Оздоровительные и гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к полднику.	15.30 – 15.45
Полдник.	15.45 – 16.00
Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность.	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке.	16.15 – 16.30
Прогулка.	16.30 – 18.30
Возвращение с прогулки. Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность. Уход детей домой.	18.30 – 19.00

СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
Городская поликлиника № 73
ДПО № 6

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 61
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ №67 от 29.08.2025

_____ / Кириллова Т.А.

_____ / Рыбакова А.В.

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях

ГРУППА «АЛФАВИТ»

Режимные моменты	Время
Утренний прием, термометрия, осмотр и опрос родителей о состоянии здоровья детей, игры, индивидуальная работа.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика.	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	8.10 – 8.20
Завтрак.	8.20 – 8.50
Подготовка к проведению занятий. Игровая и самостоятельная детская деятельность.	8.50 – 9.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут).	9.10 – 9.40
Подготовка ко второму завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	9.40 – 9.50
Второй завтрак.	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке.	10.00 – 10.20
Прогулка.	10.20 – 11.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживание. Подготовка к обеду.	11.30 – 11.45
Обед.	11.45 – 12.00
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживание. Чтение художественной литературы.	12.00 – 12.30
Дневной сон.	12.30 – 15.30
Постепенный подъем. Бодрящая гимнастика. Оздоровительные и гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживание. Подготовка к полднику.	15.30 – 15.45
Полдник.	15.45 – 16.00
Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность.	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке.	16.15 – 16.30
Прогулка.	16.30 – 18.30
Возвращение с прогулки. Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность. Уход детей домой.	18.30 – 19.00

СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
Городская поликлиника № 73
ДПО № 6

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 61
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ №67 от 29.08.2025

_____ / Кириллова Т.А.

_____ / Рыбакова А.В.

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях

ГРУППА «СВЕТЛЯЧКИ»

Режимные моменты	Время
Утренний прием, термометрия, осмотр и опрос родителей о состоянии здоровья детей, игры, индивидуальная работа.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика.	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	8.20 – 8.30
Завтрак.	8.30 – 8.50
Подготовка к проведению занятий. Игровая и самостоятельная детская деятельность.	8.50 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут).	9.00 – 9.50
Подготовка ко второму завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	9.50 – 10.00
Второй завтрак.	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке.	10.10 – 10.20
Прогулка.	10.20 – 12.00
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.	12.00 – 12.15
Обед.	12.15 – 12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение художественной литературы.	12.30 – 12.40
Дневной сон.	12.40 – 15.30
Постепенный подъем. Бодрящая гимнастика. Оздоровительные и гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к полднику.	15.30 – 15.45
Полдник.	15.45 – 16.00
Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность, досуги.	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке.	16.30 – 16.40
Прогулка.	16.40 – 18.30
Возвращение с прогулки. Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность. Уход детей домой.	18.30 – 19.00

СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
Городская поликлиника № 73
ДПО № 6

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 61
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ №67 от 29.08.2025

_____ / Кириллова Т.А.

_____ / Рыбакова А.В.

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях

ГРУППА «ПОЧЕМУЧКИ»

Режимные моменты	Время
Утренний прием, термометрия, осмотр и опрос родителей о состоянии здоровья детей, игры, индивидуальная работа.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика.	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	8.20 – 8.30
Завтрак.	8.30 – 8.50
Подготовка к проведению занятий. Игровая и самостоятельная детская деятельность.	8.50 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут).	9.00 – 10.00
Подготовка ко второму завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	10.00 – 10.05
Второй завтрак.	10.05 – 10.15
Подготовка к прогулке.	10.15 – 10.25
Прогулка.	10.25 – 12.15
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживание. Подготовка к обеду.	12.15 – 12.25
Обед.	12.25 – 12.40
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживание. Чтение художественной литературы.	12.40 – 12.50
Дневной сон.	12.50 – 15.30
Постепенный подъем. Бодрящая гимнастика. Оздоровительные и гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживание. Подготовка к полднику.	15.30 – 15.45
Полдник.	15.45 – 16.00
Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность, досуги.	16.00 – 16.20
Подготовка к прогулке.	16.20 – 16.30
Прогулка.	16.30 – 18.30
Возвращение с прогулки. Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность. Уход детей домой.	18.30 – 19.00

СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
Городская поликлиника № 73
ДПО № 6

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 61
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ №67 от 29.08.2025

_____/ Кириллова Т.А.

_____/ Рыбакова А.В.

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях

ГРУППА «ЗВЕЗДОЧКИ»

Режимные моменты	Время
Утренний прием, термометрия, осмотр и опрос родителей о состоянии здоровья детей, игры, индивидуальная работа.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика.	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	8.20 – 8.30
Завтрак.	8.30 – 8.50
Подготовка к проведению занятий. Игровая и самостоятельная детская деятельность.	8.50 – 9.00
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут).	9.00 – 9.25
Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность.	9.25 – 10.00
Подготовка ко второму завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	10.00 – 10.05
Второй завтрак.	10.05 – 10.10
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут).	10.10 – 10.35
Подготовка к прогулке.	10.35 – 10.45
Прогулка.	10.45 – 12.20
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.	12.20 – 12.30
Обед.	12.30 – 12.45
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение художественной литературы.	12.45 – 12.55
Дневной сон.	12.55 – 15.30
Постепенный подъем. Бодрящая гимнастика. Оздоровительные и гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к полднику.	15.30 – 15.45
Полдник.	15.45 – 16.00
Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность, досуги	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке.	16.30 – 16.40
Прогулка.	16.40 – 18.30
Возвращение с прогулки. Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность. Уход детей домой.	18.30 – 19.00

СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
Городская поликлиника № 73
ДПО № 6

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 61
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ №67 от 29.08.2025

_____ / Кириллова Т.А.

_____ / Рыбакова А.В.

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях

ГРУППА «РОМАШКИ»

Режимные моменты	Время
Утренний прием, термометрия, осмотр и опрос родителей о состоянии здоровья детей, игры, индивидуальная работа.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика.	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	8.20 – 8.30
Завтрак.	8.30 – 8.50
Подготовка к проведению занятий. Игровая и самостоятельная детская деятельность.	8.50 – 9.00
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут).	9.00 – 10.10
Подготовка ко второму завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	10.10 – 10.15
Второй завтрак.	10.15 – 10.20
Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность.	10.20 – 10.35
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут).	10.35 – 11.05
Подготовка к прогулке.	11.05 – 11.15
Прогулка.	11.15 – 12.25
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.	12.25 – 12.35
Обед.	12.35 – 12.50
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение художественной литературы.	12.50 – 13.00
Дневной сон.	13.00 – 15.30
Постепенный подъем. Бодрящая гимнастика. Оздоровительные и гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к полднику.	15.30 – 15.45
Полдник.	15.45 – 16.00
Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность, досуги.	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке.	16.30 – 16.40
Прогулка.	16.40 – 18.30
Возвращение с прогулки. Игровая, совместная деятельность и самостоятельная детская деятельность. Уход детей домой.	18.30 – 19.00