

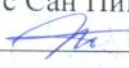
ПРИНЯТО
Решением педагогического совета ОУ
Протокол №1 от 29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 42-од от 01.09.2025 г.
Заведующий ГБДОУ д/с № 28
А.Ю. Степанова

ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА (с 1.6 до 2 лет)
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Скорректированный режим дня в холодный период года (октябрь - май)
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 28
Красногвардейского района Санкт-Петербурга на 2025-2026 год

ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ		1 г. 6 м. – 2 г.	Щадящий и индивидуальный режим после перенесенного заболевания
ДОМА:			
Подъем, утренний туалет		06.30 - 07.30	
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ:			
Приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя гимнастика		07.00 - 08.00	Ограничение двигательной активности
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак		07.30 - 08.30	
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, Подготовка к занятию		08.30 - 08.50	
ЗАНЯТИЕ			
Проведение игры-занятие 1-е (по подгруппам)	Пн.Вт.Чт.	08.50 - 08.58 09.00.- 09.08 09.10 - 09.18	Ограничение интеллектуальной нагрузки
Музыкальное развитие (фронтально)	Ср. Пт.	08.45-08.53	
Второй завтрак (сок)		09.20 - 09.30	
Подготовка к прогулке, прогулка		09.30-11.00	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры		11.00- 11.20	
Подготовка к обеду, обед		11.20 -12.00	
Подготовка ко сну, сон		12.00 - 15.00	11.50-15.30.
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры		15.00 -15.30	15.15-15.35
Подготовка к полднику, полдник		15.30 - 16.00	
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, подготовка, непрерывно непосредственно организованная образовательной деятельности		16.00-16.30	
Проведение игры- занятия 2-е (по подгруппам)		16.14 - 16.22 16.22 - 16.30	
Подготовка к прогулке, прогулка		16.30 - 18.00	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, совместная деятельность взрослого с детьми: игры , общение ,досуги.		18.00-19.00	
ДОМА :			
Прогулка, ужин		19.00.-20.00	
Игры, гигиенические процедуры		20.00.-20.30	
Подготовка ко сну, ночной сон		20.30 – 06.30 (07.30)	

Режим разработан в соответствии с Сан ПиН 2.4.3648-20 от 28.09 2020
СОГЛАСОВАНО: Врач-педиатр  Худенцова Н.П.

ПРИНЯТО
Решением педагогического совета ОУ
Протокол №1 от 29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ №42-од от 01.09.2025г.
Заведующий ГБДОУ д/с № 28
А.Ю. Степанова

Скорректированный режим дня детей
ПЕРВАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА (с 2-3 лет)
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
в холодный период года (октябрь-май)

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
Детский сад №28 Красногвардейского района Санкт-Петербурга
на 2025-2026 год

Виды деятельности.	2 -3 лет	Щадящий и индивидуальный режим после перенесенного заболевания
ДОМА:		
Подъём, утренний туалет		06.30 - 07.30
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ:		
Приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя гимнастика	07.00 - 08.00	Ограничение двигательной активности
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак		08.00 - 08.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятию.		08.30 – 09.00
Проведение игры-занятие 1-е (по подгруппам)		Ограничение интеллектуальной нагрузки
Физическое развитие: вт, чт.	08.45-08.55	
Музыкальное развитие: ср.,пт	09.00-09.10	
Второй завтрак (сок)		09.20-09.30
Подготовка к прогулке, прогулка	09.30-11.20	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры		11.20- 11.30
Подготовка к обеду, обед		11.30 -12.00
Подготовка ко сну, сон	12.00 - 15.00	12.00-15.15.
Постепенный подъём, оздоровительные процедуры	15.00 -15.30	15.15-15.35
Подготовка к полднику, полдник		15.30 - 16.00
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, подготовка, занятие.		16.00 -16.30
Проведение игры- занятия 2-е (по подгруппам)		16.00 - 16.10 16.10 - 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 - 18.00	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, совместная деятельность взрослого с детём : игры , общение ,досуги.		18.00 -19.00
ДОМА:		
Прогулка, ужин		19.00.-20.00
Игры, гигиенические процедуры		20.00.-20.30
Подготовка ко сну, ночной сон		20.30 –06.30 (07.30)

Режим разработан в соответствии с Сан ПиН 2.4.3648-20 от 28.09 2020
СОГЛАСОВАНО: Врач-педиатр Худенцова Н.П.

«ПРИНЯТО»

Общим собранием работников ОУ
Протокол №1 от 29.08.2025г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказ №42-од от 01.09.2025г.
Заведующий ГБДОУ д/с № 28
А.Ю. Степанова

Скорректированный режим дня
в холодный период года (октябрь - май)

Второй младшей группы (с 3 до 4 лет)

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад №28 Красногвардейского района Санкт-Петербурга
на 2025-2026 год

Виды деятельности	3 - 4 лет	Щадящий и индивидуальный режим после перенесенного заболевания
ДОМА:		
Подъём, утренний туалет	06.30 - 07.30	
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ:		
Приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение	07.00 - 08.00	Ограничение двигательной активности
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика	08.00 – 08.30	
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	08.30 – 08.50	
Подготовка к занятиям:	08.50-09.00	
1 Занятие	09.00 - 09.15	Ограничение интеллектуальной нагрузки
2. Занятие	пн. 09.35 - 09.50	
	вт. 09.40 - 09.55	
	ср.,чт. 09.25 - 09.40	
	пт. 10.45-11.00	
Совместная деятельность, индивидуальная работа	пн. 09.50 -10.10	
	Вт. 09.55 -10.10	
	ср.,чт. пт. 09.40 -10.10	
Второй завтрак (сок, фрукты)	10.10 – 10.20	
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 -11.50	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.50- 12.15	
Обед	12.15-12.45	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 - 15.15	12.30-15.15.
Постепенный подъём, оздоровительные процедуры	15.15 -15.30	15.15-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00	
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, подготовка.	16.00 -16.40	
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 18.20	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, совместная деятельность взрослого с детьми : игры , общение ,досуги.	18.20 -19.00	
ДОМА :		
Прогулка, ужин	19.00.-20.00	
Игры, гигиенические процедуры	20.00.-20.30	
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30 – 06.30 (7.30)	

Режим разработан в соответствии с Сан ПиН 2.4.3648-20 от 28.09 2020

СОГЛАСОВАНО: Врач-педиатр Худенцова Н.П.

«ПРИНЯТО»

Общим собранием работников ОУ
Протокол №1 от 29.08.2025г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказ №42-од от 01.09.2025г. .
Заведующий ГБДОУ д/с № 28
А.Ю. Степанова

Скорректированный режим дня
в холодный период года (октябрь - май)
детей средней группы (с 4-5 лет)

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад №28 Красногвардейского района Санкт-Петербурга
на 2025-2026 год

ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ		4 - 5 ЛЕТ	Щадящий и индивидуальный режим после перенесенного заболевания
ДОМА:			
Подъём, утренний туалет	06.30 - 07.30		
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ:			
Приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя гимнастика	07.00 - 08.00 двигательной	Ограничение активности	
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей.	08.00 – 08.20		
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	08.20– 08.50		
Подготовка к занятиям:	08.50 - 09.00		
1 ЗАНЯТИЕ	09.00 -09.20	Ограничение интеллектуальной нагрузки	
2 ЗАНЯТИЕ	09.30-09.50		
пн.,вт.,чт.,пт. ср.	11.00 -11.20 (на улице)		
Совместная деятельность с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	09.50-10.30	Ограничение интеллектуальной нагрузки	
Второй завтрак (сок)	10.30 - 10.40		
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 - 12.00	Ограничение двигательной нагрузки	
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.00 - 12.20		
Подготовка к обеду. Обед	12.20 - 13.00		
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 - 15.15	12.55 - 15.15.	
Постепенный подъём, оздоровительные процедуры	15.15 -15.30	15.20 - 15.30	
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00		
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, подготовка.	16.00 - 16.35		
Подготовка к прогулке, прогулка	16.35 - 18.20	Ограничение двигательной нагрузки	
Возвращение с прогулки, совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, досуги.	18.20 - 19.00		
ДОМА:			
Прогулка, ужин	19.00.-20.00		
Игры, гигиенические процедуры	20.00.-20.30		
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30 – 6.30 (7.30)		

Режим разработан в соответствии с Сан ПиН 2.4.3648-20 от 28.09 2020
СОГЛАСОВАНО: Врач-педиатр Худенцова Н.П.

«ПРИНЯТО»

Общим собранием работников ОУ
Протокол №1 от 29.08.2025г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказ №-42 од от 01.09.2025г. .
Заведующий ГБДОУ д/с № 28
А.Ю. Степанова

Скорректированный режим дня

в холодный период года (октябрь - май)

детей старшей группы (с 5 до 6 лет)

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад №28 Красногвардейского района Санкт-Петербурга

на 2025-2026 год

ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ		5 - 6 ЛЕТ	Шадающий и индивидуальный режим после перенесенного заболевания
ДОМА:			
Подъём, утренний туалет		06.30 - 07.30	
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ:			
Приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, общение, утренняя гимнастика		07.00 - 08.15	Ограничение двигательной активности
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей.		08.00 – 08.20	
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак		08.20– 08.50	
Подготовка к занятию		08.50 - 09.00	
1.Занятие		09.00 - 09.25	Ограничение интеллектуальной нагрузки
2.Занятие	пн.,пт	09.35 - 10.00	
	вт. ,чт	10.00 - 10.25	
	ср.	09.50 - 10.15	
3. Занятие	пн.	10.10 -10.35	
	пт. на улице	11.00 -11.25	
Второй завтрак (сок)		10.30	
Подготовка к прогулке, прогулка		10.30-12.20	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.		12.20 - 12.30	
Подготовка к обеду. Обед		12.30 - 13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон		13.00 - 15.30	12.55 - 15.15.
Постепенный подъём, оздоровительные процедуры		15.15 -15.30	15.20 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник		15.30 - 16.00	
3 Занятие		ср.	16.00-16.25
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, подготовка.		16.00 - 16.40	
Подготовка к прогулке, прогулка		16.40 - 18.20	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, досуги.		18.20 - 19.00	
ДОМА:			
Прогулка, ужин		19.00.-20.00	
Игры, гигиенические процедуры		20.00.-20.30	
Подготовка ко сну, ночной сон		20.30 – 6.30 (7.30)	

Режим разработан в соответствии с Сан ПиН 2.4.3648-20 от 28.09 2020

СОГЛАСОВАНО: Врач-педиатр Худенцова Н.П.

ПРИНЯТО

Общим собранием работников ОУ
Протокол №1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ №42-од от 01.09.2025г.
Заведующий ГБДОУ д/с № 28
А.Ю. Степанова

Скорректированный режим дня
в холодный период года (октябрь - май)
для детей подготовительной к школе группы

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад №28 Красногвардейского района Санкт-Петербурга
на 2025-2026 год

Виды деятельности.	6-7 (8) лет	Щадящий и индивидуальный режим после перенесенного заболевания
ДОМА:		
Подъём, утренний туалет	06.30 07.30	
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ:		
Приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры,общение, утренняя гимнастика	07.00 -08.30	Ограничение двигательной активности
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	08.30 – 08.50	
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или деятельность детей, подготовка к занятиям.	08.50 – 09.00	
1.ЗАНЯТИЕ	09.00 - 09.30	Ограничение интеллектуальной нагрузки
2 ЗАНЯТИЕ	ПН-ЧТ ПТ 09.40 - 10.10 10.30 - 11:00	
3 ЗАНЯТИЕ	ПН ВТ.,ЧТ. СР. 11.30-12.00 (на улице) 10.35-11.05 10.25-10.55	
Второй завтрак	10.30	
Подготовка к прогулке, прогулка	11.05-11.25	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.30	
Подготовка к обеду. Обед	12.30 -13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 - 15.15	13.05-15.15.
Постепенный подъём, оздоровительные процедуры	15.15 -15.30	15.20-15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.30-16.00	
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение или самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа,досуги, ДДД	16.00-16.45	
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45 - 18.45	Ограничение двигательной нагрузки
Возвращение с прогулки, совместная деятельность взрослого с детьми: игры , общение.	18.45 -19.00	
ДОМА		
Прогулка, ужин	19.00.-20.00	
Игры, гигиенические процедуры	20.00.-20.30	
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30 – 06.30 (07.30)	

Режим разработан в соответствии с Сан ПиН 2.4.3648-20 (с изменениями от 28.09.2020г.)

СОГЛАСОВАНО: Врач-педиатр  Худенцова Н.П.