

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом ГБДОУ детский сад № 20  
комбинированного вида  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 4 от 28.05.2026г

СОГЛАСОВАНО  
Врач

*Г.А. Шубина Е.П.*

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад № 20  
комбинированного вида  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга  
А.В. Туркина  
Приказ № 23-о от 29.05.2026г.

**Режим дня (тёплый период года)**  
Младший дошкольный возраст (от 3 до 5 лет)

Время	Режимные моменты
7.00-8.00	Утренний прием: Прием детей на участке, проведение термометрии, игры, общение с родителями
8.00-8.10	Утренняя гимнастика. Упражнения со спортивным инвентарем и без него
8.10-8.20	Возвращение с прогулки. Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Деятельность в режимных моментах, беседы по гигиеническому воспитанию
8.20-8.50	Завтрак. Гигиенические процедуры после приема пищи
8.50 -9.00	Подготовка к прогулке, выход на прогулку
9.00-10.40	Тематические дни (клуб «Эколята», клуб «Почемучек», творческая мастерская, физкультурный клуб, музыкальная гостиная): Совместная деятельность по подгруппам, игры, музыкальные и спортивные праздники, досуги, самостоятельная игровая деятельность на прогулке
10.40-11.00	Второй завтрак Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи
11.00-11.40	Игровая деятельность на прогулке: Игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры, общение по интересам, индивидуальная, самостоятельная и опытно-экспериментальная деятельность детей
11.40-12.00	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры
12.00-12.30	Обед. Подготовка к приему пищи: посадка детей за столами, воспитание культуры еды
12.30-15.00	Дневной сон. Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати.
15.00-15.30	Пробуждение: постепенный подъем детей, оздоровительные и закаливающие процедуры, бодрящая гимнастика после сна
15.30-16.00	Полдник. Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи
16.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей. Взаимодействие с родителями. Уход детей домой

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом ГБДОУ детский сад № 20  
комбинированного вида  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 4 от 28.05.2026г

СОГЛАСОВАНО  
Врач



*И.И. Шрайко Е.П.*

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад № 20  
комбинированного вида  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга  
А.В. Туркина  
Приказ № 23-о от 29.05.2026г.



**Режим дня (тёплый период года)**  
Старший дошкольный возраст (от 5 до 7 лет)

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.10	Утренний прием: Прием детей на участке, проведение термометрии, игры, общение с родителями
8.10 - 8.20	Утренняя гимнастика. Упражнения со спортивным инвентарем и без него
8.20 – 8.30	Возвращение с прогулки. Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Деятельность в режимных моментах, беседы по гигиеническому воспитанию
8.30 – 9.00	Завтрак. Гигиенические процедуры после приема пищи
9.00 - 9.10	Подготовка к прогулке, выход на прогулку
9.10 -10.50	Тематические дни (клуб «Эколята», клуб «Почемучек», творческая мастерская, физкультурный клуб, музыкальная гостиная): Совместная деятельность по подгруппам, игры, музыкальные и спортивные праздники, досуги, самостоятельная игровая деятельность на прогулке
10.50 - 11.00	Второй завтрак Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи
11.00– 12.10	Игровая деятельность на прогулке: Игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры, общение по интересам, индивидуальная, самостоятельная и опытно-экспериментальная деятельность детей
12.10 – 12.30	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры
12.30 –12.50	Обед. Подготовка к приему пищи: посадка детей за столами, воспитание культуры еды
12.50–15.20	Дневной сон. Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати.
15.20 –15.40	Пробуждение: постепенный подъём детей, оздоровительные и закаляющие процедуры, бодрящая гимнастика после сна
15.40 –16.10	Полдник. Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи
16.10 -19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей. Взаимодействие с родителями. Уход детей домой