

ПРИНЯТО  
 решением Педагогического совета  
 ГБДОУ детский сад № 76  
 Центрального района СПб  
 протокол от 26.08.2025 г. № 1

СОГЛАСОВАНО  
 Врач \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕН  
 Заведующим ГБДОУ детский сад № 76  
 Центрального района СПб

\_\_\_\_\_ Н.П. Шкурина  
 Приказ от 28.08.2025 г. № 28

**Режим дня с 12 часовым пребыванием детей. Тёплый период**

Режимные мероприятия	Возрастные группы ДОУ		
	3-4 года	4-5 лет	5-7 лет
<b>ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>			
Утренний прием детей ( <i>термометрия и опрос родителей</i> ), игры, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Утренняя зарядка ( <i>со спортивным инвентарем и без него</i> )	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
Завтрак ( <i>гигиенические процедуры до и после</i> )	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Подготовка к прогулке	09:00–09:10	09:00–09:10	09:00–09:10
Прогулка ( <i>Образовательная нагрузка*; наблюдения, закаливающие мероприятия (солнечные, воздушные ванны); активное бодрствование детей (подвижные игры), самостоятельная деятельность детей, двигательная активность **</i> )	9.10 – 10.00	9.10 – 10.00	9.10 – 10.00
Возвращение с прогулки на 2-й Завтрак ( <i>гигиенические процедуры до и после</i> )	10.00 – 10.30	10.00 – 10.30	10.00 – 10.30
Прогулка ( <i>Образовательная нагрузка*; наблюдения, закаливающие мероприятия (солнечные, воздушные ванны); активное бодрствование детей (подвижные игры), самостоятельная деятельность детей, двигательная активность **</i> )	10.30 – 11.50	10.30 – 11.50	10.30 – 11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.50 - 12.00	11.50 - 12.00	11.50 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, сон**, постепенный подъем детей, гигиенические процедуры	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
<b>ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>			
Самостоятельная деятельность	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
«Уплотненный» полдник ( <i>гигиенические процедуры до и после</i> )	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка ( <i>совместная деятельность; наблюдения, закаливающие мероприятия (солнечные, воздушные ванны); активное бодрствование детей (подвижные игры), самостоятельная деятельность детей, двигательная активность **</i> ) беседы с родителями и уход детей домой	16.00 – 19.00	16.00 – 19.00	16.00 – 19.00

**Примечание:** Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПиН

1. СанПиН 1.2.3685-21 VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи

\*Таблица 6.6 Требования к организации образовательного процесса (начало занятий, продолжительность занятия, продолжительность перерывов между занятиями)

\*\*Таблица 6.7 Показатели организации образовательного процесса (сон, прогулка, двигательная активность, утренняя зарядка)