

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 133
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «28» августа 2026 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №133
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга
_____/Н.В. Смирнова/
Приказом от «28» августа 2026 № ____

Режим дня
на холодный период года
(при благоприятных погодных условиях)
Группа № 1 (группа раннего возраста)

07.00 – 08.00	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика
08.00 – 08.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 1
08.40 – 09.00	Игры, подготовка к занятиям
09.00 – 09.30	Занятия* (по подгруппам) с учетом 10-минутного перерыва
09.30 – 09.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 2
09.40 – 11.00	Подготовка к прогулке. ПРОГУЛКА** (1 час)
11.00 – 11.45	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. ОБЕД
11.45 – 15.00	Подготовка ко сну. ДНЕВНОЙ СОН***
15.00 – 15.40	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, подготовка к полднику. ПОЛДНИК
15.40 – 16.00	Активное бодрствование детей
16.00 – 16.30	Занятия* (по подгруппам) с учетом 10-минутного перерыва
16.30 – 19.00	Подготовка к прогулке. ПРОГУЛКА (2 часа). Уход детей домой

Примечание: Примерный режим дня для детей раннего возраста при 12-часовом пребывании в ДОО, составлен с учетом требований СП 2.4.2.4283-26, СанПиН 2.3/2.4.4282-26, СанПиН 1.2.3685-21:

* Начало занятий - не ранее 08:00, окончание – не позднее 17:00.

Продолжительность занятия для детей от 1,5 до 3 лет – не более 10 минут. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 1,5 до 3 лет - 20 минут. Продолжительность перерывов между занятиями, не менее 10 минут. Перерыв во время занятий для гимнастики – не менее 2 минут (Табл.6.6)

** Продолжительность прогулок для детей до 7 лет составляет не менее 3 часов в день. При температуре воздуха ниже минус 15° С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. (Табл. 6.7)

*** Продолжительность дневного сна для детей от 1,5 до 3 лет - не менее 3 часов (Табл.6.7)

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 133
Адмиралтейского района СПб
Протокол от «28» августа 2026 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №133
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга
_____/Н.В. Смирнова/
Приказом от «28» августа 2026 № ____

Режим дня
на холодный период года
(при неблагоприятных погодных условиях)
Группа № 1 (группа раннего возраста)

07.00 – 08.00	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика
08.00 – 08.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 1
08.40 – 09.00	Игры, подготовка к занятиям
09.00 – 09.10 09.20 – 09.30	Занятия (по подгруппам) с учетом 10-минутного перерыва
09.30 – 09.40	Подготовка к завтраку. ЗАВТРАК 2
09.40 – 11.00	Совместная деятельность педагогов с детьми; активное бодрствование детей в группе
11.00 – 11.45	Подготовка к обеду. ОБЕД
11.45 – 15.00	Подготовка ко сну. ДНЕВНОЙ СОН
15.00 – 15.40	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, подготовка к полднику. ПОЛДНИК
15.40 – 16.00	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)
16.00 – 16.10 16.20 – 16.30	Занятия (по подгруппам) с учетом 10-минутного перерыва
16.30 – 19.00	Совместная деятельность педагогов с детьми; самостоятельная деятельность детей в группе. Уход детей домой