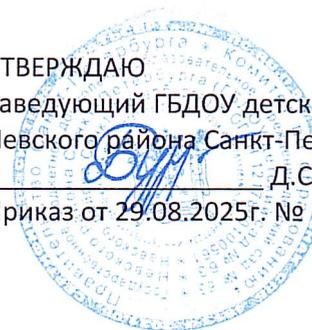


ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



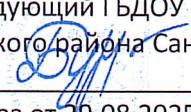
РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в группе раннего возраста
«Крохи» (от 1,5 до 2-х лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия по подгруппам (<i>длительность одного занятия 10 мин., перерыв между занятиями одной подгруппы не менее 10 мин.</i>)	9.00 – 9.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.50 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, поручения, индивидуальная работа)	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга

Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в группе раннего возраста
«Лучики» (от 1,5 до 2-х лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия по подгруппам (длительность одного занятия 10 мин., перерыв между занятиями одной подгруппы не менее 10 мин.)	9.00 – 9.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.50 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, поручения, индивидуальная работа)	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -Од



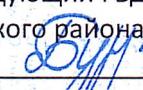
**РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в первой младшей группе
«Бусинки» (2-3 года)**

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.10
	9.20 – 9.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.30 – 9.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.50 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа)	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
	Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга

Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в первой младшей группе
«Пуговки» (2-3 года)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.30 – 9.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.50 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа)	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

**РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
во второй младшей группе
«Незабудки» (3-4 года)**

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.15
	9.25 – 9.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.40 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, экспериментальная деятельность)	10.10 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
во второй младшей группе
«Жемчужинки» (3-4 года)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.15
	9.25 – 9.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.40 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, экспериментальная деятельность)	10.10 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
	Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



**РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в средней группе
«Веснушки» (4-5 лет)**

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.20
	9.30 – 9.50
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.50 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, занятие	10.10 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, экспериментальная деятельность)	10.30 – 12.20
Возвращение с прогулки	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
	Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



**РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в средней группе
«Карамельки» (4-5 лет)**

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.20
	9.30 – 9.50
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.50 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, занятие	10.10 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, экспериментальная деятельность)	10.30 – 12.20
Возвращение с прогулки	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в старшей группе
«Непоседы» (5-6 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.25
	9.35 – 10.00
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми, игры	9.50 – 10.05
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.05 – 10.15
Самостоятельная деятельность детей, игры совместная деятельность воспитателя с детьми, занятие	10.15 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, экспериментальная деятельность)	10.40 – 12.20
Возвращение с прогулки	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.00 – 16.15
Занятие <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.15 – 16.40
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг <i>(понедельник, пятница)</i>	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
	Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



**РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в старшей группе
«Фантазеры» (5-6 лет)**

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.25
	9.35 – 10.00
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми, игры	9.50 – 10.05
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.05 – 10.15
Самостоятельная деятельность детей, игры совместная деятельность воспитателя с детьми, занятие	10.15 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, экспериментальная деятельность)	10.40 – 12.20
Возвращение с прогулки	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.00 – 16.15
Занятие <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.15 – 16.40
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг <i>(понедельник, пятница)</i>	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга

Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в подготовительной группе
«Затейники» (6-7 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.30
	9.40 – 10.10
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, экспериментальная деятельность)	10.20 – 11.50
Возвращение с прогулки	11.50 – 12.00
Занятие	12.00 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.40 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °С	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °С	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
Не ниже -25 °С	Тихо	На 45 минут	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период
в подготовительной группе
«Почемучки» (6-7 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.30
	9.40 – 10.10
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, экспериментальная деятельность)	10.20 – 11.50
Возвращение с прогулки	11.50 – 12.00
Занятие	12.00 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.40 – 19.00

- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, утвержденный приказом заведующего ГБДОУ. Длительность прогулки сокращается при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с.

Группа	Температура	Скорость ветра	Время уменьшения прогулки
Группы раннего возраста и младшие	Ниже -15 °C	Тихо	Не сокращается
		До 7 м/с	На 30 минут
		До 15 м/с	На 40 минут
	Не ниже -20 °C	Тихо	На 30 минут
		До 7 м/с	На 45 минут
		До 15 м/с	отменяется
	Не ниже -25 °C	Тихо	На 45 минут

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
при плохой погоде
в средней группе
«Карамельки» (4-5 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.20
	9.30 – 9.50
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.50 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	17.10 – 19.00
Уход домой	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



**РЕЖИМ ДНЯ
при плохой погоде
в средней группе
«Веснушки» (4-5 лет)**

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.20
	9.30 – 9.50
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.50 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	17.10 – 19.00
Уход домой	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
при плохой погоде
во второй младшей группе
«Жемчужинки» (3-4 года)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.15
	9.25 – 9.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.40 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	10.10 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.00
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	17.00 – 19.00
Уход домой	

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
при плохой погоде
во второй младшей группе
«Незабудки» (3-4 года)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.15
	9.25 – 9.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.40 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	10.10 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.00
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа Уход домой	17.00 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
при плохой погоде
в старшей группе
«Фантазеры» (5-6 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.25
	9.35 – 10.00
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми, игры	9.50 – 10.05
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.05 – 10.15
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	10.15 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.00 – 16.15
Занятие <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.15 – 16.40
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг <i>(понедельник, пятница)</i>	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа Уход домой	17.10 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



**РЕЖИМ ДНЯ
при плохой погоде
в старшей группе
«Непоседы» (5-6 лет)**

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.25
	9.35 – 10.00
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми, игры	9.50 – 10.05
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.05 – 10.15
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	10.15 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.00 – 16.15
Занятие <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.15 – 16.40
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг <i>(понедельник, пятница)</i>	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа Уход домой	17.10 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -Од



РЕЖИМ ДНЯ
при плохой погоде
в подготовительной группе
«Почемучки» (6-7 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.30
	9.40 – 10.10
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.20
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	10.20 – 12.00
Занятие	12.00 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
при плохой погоде
в подготовительной группе
«Затейники» (6-7 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия	9.00 – 9.30
	9.40 – 10.10
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.20
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей, индивидуальная работа	10.20 – 12.00
Занятие	12.00 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в группе раннего возраста
«Крохи» (от 1,5 до 2-х лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия по подгруппам, занятия со специалистами (в группе) <i>(длительность одного занятия 10 мин., перерыв между занятиями одной подгруппы не менее 10 мин.)</i>	9.00 – 9.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.50 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, поручения, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в группе раннего возраста
«Лучики» (от 1,5 до 2-х лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия по подгруппам, занятия со специалистами (в группе) <i>(длительность одного занятия 10 мин., перерыв между занятиями одной подгруппы не менее 10 мин.)</i>	9.00 – 9.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.50 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, поручения, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в первой младшей группе
«Бусинки» (2-3 года)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия, занятия со специалистами (в группе)	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.30 – 9.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.50 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в первой младшей группе
«Пуговки» (2-3 года)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия, занятия со специалистами (в группе)	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.30 – 9.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.50 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29/08.2025г. № 121 -ОД

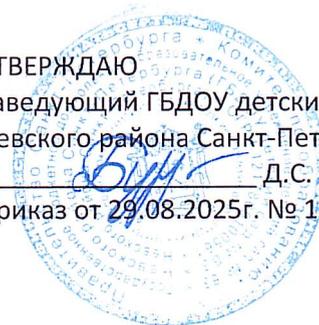


РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в средней группе
«Веснушки» (4-5 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия, занятия со специалистами (в группе)	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.50 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, занятие	10.10 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.30 – 12.20
Возвращение с прогулки	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	17.10 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в средней группе
«Карамельки» (4-5 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия, занятия со специалистами (в группе)	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.50 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, занятие	10.10 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.30 – 12.20
Возвращение с прогулки	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	17.10 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
во второй младшей группе
«Незабудки» (3-4 года)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия, занятия со специалистами (в группе)	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.40 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.10 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
во второй младшей группе
«Жемчужинки» (3-4 года)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия, занятия со специалистами (в группе)	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми	9.40 – 10.00
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.10 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в старшей группе
«Непоседы» (5-6 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия, занятия со специалистами (в группе)	9.00 – 9.25 9.35 – 10.00
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми, игры	9.50 – 10.05
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.05 – 10.15
Самостоятельная деятельность детей, игры совместная деятельность воспитателя с детьми, занятие	10.15 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.40 – 12.20
Возвращение с прогулки	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.00 – 16.15
Занятие (вторник, среда, четверг) в группе	16.15 – 16.40
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг <i>(понедельник, пятница)</i>	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	17.10 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29/08.2025г. № 121 -ОД



РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в старшей группе
«Фантазеры» (5-6 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия, занятия со специалистами (в группе)	9.00 – 9.25 9.35 – 10.00
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность воспитателя с детьми, игры	9.50 – 10.05
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.05 – 10.15
Самостоятельная деятельность детей, игры совместная деятельность воспитателя с детьми, занятие	10.15 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.40 – 12.20
Возвращение с прогулки	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей <i>(вторник, среда, четверг)</i>	16.00 – 16.15
Занятие (вторник, среда, четверг) в группе	16.15 – 16.40
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг <i>(понедельник, пятница)</i>	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	17.10 – 18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в подготовительной группе
«Затейники» (6-7 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия (в группе)	9.00 – 9.30
	9.40 – 10.10
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.20 – 11.50
Возвращение с прогулки	11.50 – 12.00
Занятие (в группе)	12.00 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	17.10 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.40 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга

Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

РЕЖИМ ДНЯ
на период карантина
в подготовительной группе
«Почемучки» (6-7 лет)

Режимные моменты	Время
Прием и осмотр, термометрия, игры, общение, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, утренняя гимнастика (в группе)	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятию	8.50 – 9.00
Занятия (в группе)	9.00 – 9.30
	9.40 – 10.10
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	10.20 – 11.50
Возвращение с прогулки	11.50 – 12.00
Занятие (в группе)	12.00 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, досуг	16.00 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка <i>(организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)</i>	17.10 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.40 – 19.00

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



Адаптационный режим (для вновь поступающих детей)

Режим	1-3 день	4-7 день	8-10 день
	1-Я ПОЛОВИНА ДНЯ		
Утренний прием, осмотр детей. Общение, индивидуальная работа, игры, совместная деятельность воспитателя с детьми	+	+	+
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	+	+	+
Совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальные игры	+	+	+
Занятия с воспитателем, с инструктором по физической культуре, музыкальным руководителем	-	-	-
Второй завтрак	+	+	+
Подготовка к прогулке, прогулка Чтение художественной литературы/прослушивание аудиозаписей. Народно – хороводные игры, слушание музыки в музыкальном зале, игры, индивидуальная работа	+	+	+
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	-	+	+
Подготовка к обеду, обед	-	+	+
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	-	-	+
Дневной сон	-	-	+
Уход детей домой	10.30-11.00	12.30-13.00	15.30-16.00

«Адаптационный режим» - для вновь поступивших детей применяется в период адаптации ребенка к учреждению. Постепенное увеличение времени пребывания ребёнка в ГБДОУ детском саду № 63 индивидуально, и зависит от степени его привыкания к детскому саду. Рекомендованная форма работы в период адаптации – совместная деятельность взрослого с детьми. Допускается коррекция времени прогулки (увеличение) и дневного сна. Не проводятся закаливающие процедуры.

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29/08.2025г. №121 -ОД



ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ РЕЖИМ
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 63 Невского района Санкт-Петербурга

Физкультурно-оздоровительные		
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, профилактика нарушений зрения)	ежедневно
2.	зрительная гимнастика	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	гимнастика после дневного сна	ежедневно
6.	динамические паузы	ежедневно
7.	релаксация	2-3 раза в неделю
8.	музотерапия	ежедневно
9.	цветотерапия	2-3 раза в неделю
10.	психотерапия	2-3 раза в неделю
11.	сказкотерапия	ежедневно
Образовательные		
1.	привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно
2.	Образовательная деятельность из серии «Школа здоровья»	Дошкольные группы не реже 1 раза в месяц

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД



ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 63 Невского района Санкт-Петербурга

1. Гибкий график посещения ГБДОУ.
2. Снижение физической нагрузки на занятиях по физическому и музыкальному воспитанию, ритмопластике в течении 2-х недель.
3. Скорректировать образовательную нагрузку (уменьшив продолжительность пребывания ребенка на занятиях, требуемых большого умственного напряжения).
4. Одежда и обувь ребенка должна соответствовать температуре воздуха в здании и на улице.
5. Индивидуальный подход к ребенку во время подготовки к прогулке и при возвращении с нее (одевать последнего, раздевать первого).
6. График приема пищи соответственно типовому режиму возрастной группы.
7. Увеличение продолжительности сна ребенка (первого укладывать, последнего поднимать).
8. Закаливающие процедуры исключить в течении 2-х недель (водные закаливающие процедуры начинаются с начальной температуры).
9. Информирование родителей о восстановительном периоде ребенка в течении 2-х недель.
10. Контроль за состоянием ребенка возлагается на врача, мед. сестру, персонал группы.

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Д.С. Бурцева
Приказ от 29.08.2025г. № 121 -ОД

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 63 Невского района Санкт-Петербурга

Виды двигательной активности	Группа раннего возраста (1,5-2 года)	Первая младшая группа (2-3 год)	Вторая младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
Утренняя гимнастика	5-6 минут (ежедневно)	5-6 минут (ежедневно)	6-8 минут (ежедневно)	10 минут (ежедневно)	10-15 минут (ежедневно)	10-15 минут (ежедневно)
Занятие (образовательная область «Физическое развитие»)	10 минут (3 раза в неделю)	10 минут (3 раза в неделю)	15 минут (3 раза в неделю)	20 минут (3 раза в неделю)	25 минут (3 раза в неделю)	30 минут (3 раза в неделю)
Физкультурная минутка	5 минут (ежедневно)					
Занятие (Музыка)	10 минут (2 раза в неделю)	10 минут (2 раза в неделю)	15 минут (2 раза в неделю)	20 минут (2 раза в неделю)	25 минут (2 раза в неделю)	30 минут (2 раза в неделю)
Развлечение	10 минут (1 раз в неделю)	10 минут (1 раз в неделю)	15 минут (1 раз в неделю)	20 минут (1 раз в неделю)	25 минут (1 раз в неделю)	30 минут (1 раз в неделю)
Подвижные игры на прогулке	по 10-15 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 10-15 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 15-20 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 20-25 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 25-30 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 25-30 минут (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)
Двигательная разминка в перерывах между занятиями	10 минут (ежедневно)					
Самостоятельная двигательная активность на прогулке	по 1 часу (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 1 часу (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 1 часу (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 1 часу (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 1 часу (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)	по 1 часу (ежедневно на утренней и вечерней прогулке)
Гимнастика после сна	5 минут (ежедневно)	5 минут (ежедневно)	5 минут (ежедневно)	8 минут (ежедневно)	10 минут (ежедневно)	10 минут (ежедневно)
Физкультурные и музыкальные досуги	по 10 минут (2 раза в месяц)	по 10 минут (2 раза в месяц)	по 15 минут (2 раза в месяц)	по 20 минут (2 раза в месяц)	по 25 минут (2 раза в месяц)	по 30 минут (2 раза в месяц)
Физкультурные праздники	10 минут (2 раза в год)	10 минут (2 раза в год)	15 минут (2 раза в год)	20 минут (2 раза в год)	25 минут (2 раза в год)	30 минут (2 раза в год)