

СОГЛАСОВАНО
Врач СПб ГБУЗ «Городская поликлиника №24

« 31 » августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №159
Адмиралтейского района СПб
И.А.Тарасенко
Приказ № 61 от 31.08.2026.

РЕЖИМ ДНЯ
воспитанников (3 – 4 лет) на холодный период
(благоприятные погодные условия)

Тарасенко
Ирина
Алексеевна
Подписано цифровой
подписью: Тарасенко
Ирина Алексеевна
Дата: 2026.09.01
18:05:17 +03'00'

Режимные моменты в дошкольном образовательном учреждении	Время в режиме дня
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей: игровая, двигательная, продуктивная деятельность. (Взаимодействие с родителями)	07.00 – 08.05
Утренняя гимнастика	08.05 – 08.15
Подготовка к I завтраку, гигиенические процедуры	08.15 – 08.30
I завтрак	08.30 – 09.00
Утренний круг	09.00 – 09.10
Занятие №1, 2, с учетом динамических перемен	09.10 – 09.50
Самостоятельная деятельность детей: игровая, двигательная, продуктивная деятельность.	09.50– 10.20
Подготовка ко II завтраку, гигиенические процедуры	10.20 – 10.30
II завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, индивидуальная работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность) Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные ванны, водные и закаливающие процедуры, гигиенические процедуры	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Вечерний круг	16.00 -16.10
Самостоятельная деятельность, досуги, индивидуальная работа с детьми	16.10 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30- 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой (взаимодействие с родителями)	18.30 – 19.00