

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 11  
Пушкинского района Санкт-Петербурга**

**УТВЕРЖДЕН**  
Приказом заведующего ГБДОУ № 11  
приказ №100 о.д. от «28» августа 2026года

 Подписано  
цифровой  
подписью:  
Киреева Татьяна  
Евгеньевна

**Режим дня старшей группы (5-6 лет)**  
**«ЗАТЕЙНИКИ»**  
*Холодный период года (с 01.09.2026-31.05.2027)*

| <b>Режимные моменты</b>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Время проведения</b>    |             |                            |                            |                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Пн.</b>                 | <b>Вт.</b>  | <b>Ср.</b>                 | <b>Чт.</b>                 | <b>Пт.</b>                 |
| Прием детей, осмотр. Самостоятельная деятельность (игровая, двигательная, продуктивная, коммуникативная, трудовая, познавательно-исследовательская, музыкально-художественная). Совместная деятельность педагогов с детьми. Индивидуальная работа с детьми. | 07.00-08.10                |             |                            |                            |                            |
| Утренний круг                                                                                                                                                                                                                                               | 08.10-08.20                |             |                            |                            |                            |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                                                                                                         | 08.20-08.30                |             |                            |                            |                            |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                                                                                                                              | 08.30-08.50                |             |                            |                            |                            |
| Подготовка к образовательной деятельности<br>Образовательная деятельность                                                                                                                                                                                   | 08.50-10.15                | 08.50-10.20 | 08.50-10.00                | 08.50-10.25                | 08.50-12.00                |
| 2-ой завтрак                                                                                                                                                                                                                                                | 10.15-10.25                | 10.20-10.30 | 10.00-10.10                | 09.50-10.00                | 10.00-10.10                |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                                                                                                                                             | 10.25-12.10                | 10.30-12.10 | 10.10-12.10                | 10.25-12.10                | 10.10-11.25                |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры                                                                                                                                                                                                                    | 12.10-12.20                |             |                            |                            | 11.25-11.35                |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                                                                                                                                    | 12.20-12.30                |             |                            |                            |                            |
| Подготовка ко сну. Дневной сон                                                                                                                                                                                                                              | 12.30-15.00                |             |                            |                            |                            |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливание, игры.<br>Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, коммуникативная)                                                                                                                  | 15.00-15.10<br>15.35-16.10 |             | 15.00-15.10<br>15.35-16.10 | 15.00-15.10<br>15.35-16.10 | 15.00-15.10<br>15.10-16.10 |
| Непосредственно образовательная деятельность.                                                                                                                                                                                                               | 15.10-15.35                |             |                            |                            | -                          |
| Подготовка к полднику. Полдник                                                                                                                                                                                                                              | 16.10-16.20                |             |                            |                            |                            |
| Совместная деятельность педагогов с детьми. Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная, коммуникативная.) Индивидуальная работа с детьми.                                                                                      | 16.20-16.50                |             |                            |                            |                            |
| Вечерний круг                                                                                                                                                                                                                                               | 16.50-17.00                |             |                            |                            |                            |
| Подготовка к прогулке, прогулка.<br>Уход детей домой                                                                                                                                                                                                        | 17.00-19.00                |             |                            |                            |                            |