

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
ГБДОУ № 104  
Адмиралтейского района СПб  
протокол № 1 от 29.05.2025

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий ГБДОУ № 104  
Адмиралтейского района СПб  
О.А. Затрутина

Подписано цифровой подписью: Затрутина Ольга Анатольевна

DN: c=RU, st=г. Санкт-Петербург, l=Санкт-Петербург, title=заведующий,  
ou=Руководство, o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО  
ВИДА № 104 С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО  
ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ АДМИРАЛТЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА, 1.2.643.100.3=120B3031313638333231323132,  
1.2.643.3.131.1.1=120C373831313037313834313035,

email=dou104@adm-edu.spb.ru, givenName=Ольга Анатольевна,  
sn=Затрутина, cn=Затрутина Ольга Анатольевна

Дата: 2025.08.29 17:35:40 +03'00'

приказ № 33/1-р от 29.05.2025

**РЕЖИМ ДНЯ В СТАРШЕ-ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ  
КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Государственного бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада общеразвивающего вида № 104  
с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей  
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга  
(группы компенсирующей направленности)  
**НА 2025-2026 УЧ.ГГ.**

**190005, г. Санкт-Петербург, проспект Измайловский, дом 7, литер А, пом.1н, 3н  
196084, г. Санкт-Петербург, Варшавский проезд, д. 10, стр.1**

**РЕЖИМ ДНЯ В СТАРШЕ-ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ  
КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Дома	Понед-к	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Подъём, гигиенические процедуры	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
<b>В дошкольном учреждении</b>					
Приём, осмотр детей, самостоятельная деятельность, игры	07.30-8.30	07.30-8.30	07.30-8.30	07.30-8.30	07.30-8.30
Утренняя гимнастика	8.18-8.30	8.18-8.30	8.18-8.30	8.18-8.30	8.18-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-10.00	9.00-9.15	9.00-10.00
Занятия, совместная деятельность, игры	9.15-11.30	9.15-11.30	9.15-11.30	9.15-11.30	9.15-11.30
Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.30-12.30	11.30-12.30	11.30-12.30	11.30-12.30	11.30-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Подъём, воздушные процедуры, игры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Занятия, совместная деятельность и игры, досуги	15.40-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.45*	16.30-18.45*	16.30-18.45*	16.30-18.45*	16.30-18.45*
Возвращение с прогулки, уход домой	17.45-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30
<b>Дома</b>					
Прогулка	18.30—19.00	18.30—19.00	18.30—19.00	18.30—19.00	18.30—19.00
Возвращение с прогулки домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00-20.45	18.00—19.00	18.00—19.00	18.00—19.00	18.00—19.00
Ночной сон	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)

*\*При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с, при неблагоприятных погодных условиях продолжительность прогулки рекомендуется сокращать или заменять прогулку другими видами деятельности.*

*\*\*После болезни освобождение от физ. культуры, увеличение сна, гибкий режим прогулок*