

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Комитет по образованию Санкт-Петербурга  
Администрация Центрального района Санкт-Петербурга  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 309  
Центрального района Санкт-Петербурга

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора  
ГБОУ СОШ №309 ОДОД  
Центрального района СПб

В.М. Шаповалова

Приказ от 29.08.2025 № 1/ОДОД

**Режим дня  
первой младшей группы № 1 «Цыплята» (с 2 до 3 лет)  
на 2025-2026 учебный год**

(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 29 мая)

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками. Утренняя гимнастика.	<b>07.00 - 08.20</b>	<b>20 мин</b>
«Утренний круг».	<b>08.20 - 8.30</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	<b>08.30 - 08.55</b>	<b>25 мин</b>
Игры. Подготовка к занятиям.	<b>08.55 - 09.00</b>	<b>5 мин</b>
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.	<b>09.00 – 10.00</b>	<b>20 мин</b>
Свободная игра. Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность детей со сверстниками.	<b>10.00 – 10.10</b>	<b>10 мин</b>
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания.	<b>10.10 - 10.30</b>	<b>20 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	<b>10.30 – 11.20</b>	<b>50 мин</b>
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.	<b>11.20 – 11.40</b>	<b>20 мин</b>
Обед.	<b>11.40 - 12.10</b>	<b>30 мин</b>
Подготовка ко сну, дневной сон.	<b>12.10 – 15.20</b>	<b>3ч 10 мин</b>
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры.	<b>15.20 - 15.35</b>	<b>15 мин</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.35 - 15.50</b>	<b>15 мин</b>
Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы.	<b>15.50 - 16.40</b>	<b>50 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка.	<b>16.40 - 18.00</b>	<b>1ч 20 мин</b>
Уход детей домой.	<b>18.00 – 19.00</b>	<b>40 мин</b>

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Комитет по образованию Санкт-Петербурга  
Администрация Центрального района Санкт-Петербурга  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 309  
Центрального района Санкт-Петербурга

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора  
ГБОУ СОШ №309 ОДОД  
Центрального района СПб

В.М. Шаповалова

Приказ от 29.08.2025 № 1/ОДОД

**Режим дня  
старшей группы № 2 «Светлячки» (с 5 до 6 лет)  
на 2025-2026 учебный год**

(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 29 мая)

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками. Утренняя гимнастика.	<b>07.00 - 08.20</b>	<b>20 мин</b>
«Утренний круг».	<b>08.20 - 8.30</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	<b>08.30 - 08.55</b>	<b>25 мин</b>
Игры. Подготовка к занятиям.	<b>08.55 - 09.00</b>	<b>5 мин</b>
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерыв между занятиями – 10 мин.	<b>09.00 – 10.40</b>	<b>50 мин</b>
Свободная игра. Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность детей со сверстниками.	<b>10.40 - 10.50</b>	<b>10 мин</b>
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания.	<b>10.50 - 11.00</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	<b>11.00 – 12.20</b>	<b>1ч 20 мин</b>
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Дежурство.	<b>12.20 – 12.30</b>	<b>10 мин</b>
Обед.	<b>12.30 - 12.45</b>	<b>15 мин</b>
Подготовка ко сну, дневной сон.	<b>12.45 – 15.15</b>	<b>2ч 30 мин</b>
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры.	<b>15.15 - 15.25</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.25 - 15.40</b>	<b>15 мин</b>
Занятие. Организованная детская деятельность. /3-е занятие в день по расписанию/	<b>15.40 – 16.05</b>	<b>25 мин</b>
Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы.	<b>16.05 - 16.40</b>	<b>35 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка.	<b>16.40 - 18.20</b>	<b>1ч 40 мин</b>
Уход детей домой.	<b>18.20 – 19.00</b>	<b>40 мин</b>

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Комитет по образованию Санкт-Петербурга  
Администрация Центрального района Санкт-Петербурга  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 309  
Центрального района Санкт-Петербурга

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора  
ГБОУ СОШ №309 ОДОД  
Центрального района СПб

В.М. Шаповалова

Приказ от 29.08.2025 № 1/ОДОД

**Режим дня  
младшей группы № 3 «Пчёлки» (с 3 до 4 лет)  
на 2025-2026 учебный год**

(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 29 мая)

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками. Утренняя гимнастика.	<b>07.00 - 08.20</b>	<b>20 мин</b>
«Утренний круг».	<b>08.20 - 8.30</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	<b>08.30 - 08.55</b>	<b>25 мин</b>
Игры. Подготовка к занятиям.	<b>08.55 - 09.00</b>	<b>5 мин</b>
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.	<b>09.00 – 09.45</b>	<b>30 мин</b>
Свободная игра. Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность детей со сверстниками.	<b>09.45 – 10.10</b>	<b>25 мин</b>
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания.	<b>10.10 - 10.30</b>	<b>20 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	<b>10.30 – 12.00</b>	<b>1ч 30 мин</b>
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.	<b>12.00 – 12.20</b>	<b>20 мин</b>
Обед.	<b>12.20 - 12.40</b>	<b>20 мин</b>
Подготовка ко сну, дневной сон.	<b>12.40 – 15.20</b>	<b>2ч 40 мин</b>
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры.	<b>15.20 - 15.35</b>	<b>15 мин</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.35 - 15.50</b>	<b>15 мин</b>
Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы.	<b>15.50 - 16.40</b>	<b>50 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка.	<b>16.40 - 18.20</b>	<b>1ч 40 мин</b>
Уход детей домой	<b>18.20 – 19.00</b>	<b>40 мин</b>

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Комитет по образованию Санкт-Петербурга  
Администрация Центрального района Санкт-Петербурга  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 309  
Центрального района Санкт-Петербурга

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора  
ГБОУ СОШ №309 ОДОД  
Центрального района СПб

В.М. Шаповалова

Приказ от 29.08.2025 № 1/ОДОД

**Режим дня  
средней группы № 4 «Муравьишки» (с 4 до 5 лет)  
на 2025-2026 учебный год**

(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 29 мая)

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками, Утренняя гимнастика.	<b>07.00 - 08.20</b>	<b>20 мин</b>
«Утренний круг».	<b>08.20 - 08.30</b>	<b>10 мин</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	<b>08.30 - 08.55</b>	<b>25 мин</b>
Игры. Подготовка к занятиям.	<b>08.55 - 09.00</b>	<b>5 мин</b>
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.	<b>09.00 – 10.00</b>	<b>40 мин</b>
Свободная игра. Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность детей со сверстниками.	<b>10.00 – 10.10</b>	<b>10 мин</b>
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания.	<b>10.10 - 10.30</b>	<b>20 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	<b>10.30 – 12.00</b>	<b>1ч 30 мин</b>
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.	<b>12.00 – 12.20</b>	<b>20 мин</b>
Обед.	<b>12.20 - 12.40</b>	<b>20 мин</b>
Подготовка ко сну, дневной сон.	<b>12.40 – 15.20</b>	<b>2ч 40 мин</b>
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры.	<b>15.20 - 15.35</b>	<b>15 мин</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.35 - 15.50</b>	<b>15 мин</b>
Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы.	<b>15.50 - 16.40</b>	<b>50 мин</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка.	<b>16.40 - 18.20</b>	<b>1ч 40 мин</b>
Уход детей домой.	<b>18.20 – 19.00</b>	<b>40 мин</b>