

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 199 Приморского района Санкт-Петербурга**

**УТВЕРЖДЕНО**  
Приказом ГБОУ школа № 199  
Приморского района  
Санкт-Петербурга  
№ 70/17 от 29.08.2025

**Режим дня на 2025-2026 учебный год.**

| <b>Режимные моменты<br/>(Холодный период года)</b>                                                                                                    | <b>Группа<br/>раннего<br/>возраста</b> | <b>Младшая<br/>группа</b> | <b>Средняя<br/>группа</b> | <b>Старшая<br/>группа</b> | <b>Подготовите<br/>льная<br/>группа</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|-----------------------------------------|
| Приход детей в детский сад,<br>свободная игра, самостоятельная<br>деятельность                                                                        | 07:00- 08:30                           | 07:00- 08:30              | 07:00- 08:30              | 07:00- 08:30              | 07:00- 08:30                            |
| Ежедневная утренняя гимнастика                                                                                                                        | 08:30-08:40                            | 08:30-08:40               | 08:30-08:40               | 08:30-08:40               | 08:30-08:40                             |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                        | 08:40-08:55                            | 08:40-08:55               | 08:40-08:55               | 08:40-08:55               | 08:40-08:55                             |
| Организованная образовательная<br>деятельность, занятия со<br>специалистами (общая<br>длительность, включая перерывы)                                 | 08:55-09:55                            | 8:55–10:00                | 8:55-10:05                | 8:55–10:20                | 8:55–10:30                              |
| Подготовка к завтраку, второй<br>завтрак                                                                                                              | 09:55-10:10                            | 10:00-10:10               | 10:05-10:15               | 10:20-10:30               | 10:30-10:40                             |
| Игры, самостоятельная<br>деятельность                                                                                                                 | 10:10-10:15                            | 10:10-10:15               | 10:15-10:20               | 10:30–10:50               | 10:40-11:10                             |
| Подготовка к прогулке.<br>Прогулка (наблюдение, труд<br>подвижные, сюжетно-ролевые,<br>игры- экспериментирование,<br>воздушные и солнечные процедуры) | 10:15-11:30                            | 10:15–11:50               | 10:20-12:15               | 10:50-12:20               | 11:10–12:25                             |
| Возвращение с прогулки,<br>самостоятельная деятельность детей                                                                                         | 11:30-12:10                            | 11:50–12:15               | 12:15-12:30               | 12:20–12:30               | 12:25–12:35                             |
| Подготовка к обеду,<br>обед                                                                                                                           | 12:10–12:40                            | 12:15–12:45               | 12:30-13:00               | 12:30-13:00               | 12:35–13:10                             |
| Подготовка ко сну,<br>чтение худ. литературы,<br>дневной сон                                                                                          | 12:40–15.00                            | 12:45–15.00               | 13:00–15:00               | 13:10–15:00               | 13:10–15:10                             |
| Постепенный подъем, гимнастика<br>пробуждения, самостоятельная<br>деятельность детей                                                                  | 15:00-15:30                            | 15:00-15:30               | 15:0-15:30                | 15:00-15:30               | 15:10-15:30                             |
| Полдник                                                                                                                                               | 15:30-15:45                            | 15:30–15:45               | 15:30–15:45               | 15:30-15:45               | 15:30-15:45                             |
| Игры, самостоятельная и<br>организованная детская<br>деятельность,<br>культурные практики                                                             | 15:45-16:45                            | 15:45–16:45               | 15:45–16:45               | 15:45–17:00               | 15:45–17:00                             |
| Подготовка к прогулке,<br>прогулка                                                                                                                    | 16:45–18:00                            | 16:45–18:00               | 16:45–18:00               | 17:00–18.10               | 17:00–18.15                             |
| Возвращение с прогулки,<br>самостоятельная деятельность детей                                                                                         | 18:00-18:15                            | 18:00-18:15               | 18:00-18:15               | 18:10-18:20               | 18:15-18:25                             |
| Самостоятельная деятельность<br>детей, уход домой                                                                                                     | 18:15-19:00                            | 18:15-19:00               | 18:15-19:00               | 18:20-19:00               | 18:25-19:00                             |