

*Государственное бюджетное дошкольное образовательное организация
детский сад №37 комбинированного вида Василеостровского района
Санкт-Петербурга
(ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД №37 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА)*

УТВЕРЖДЕН

Заведующий ГБДОУ детским садом №37
Василеостровского района
Н.В.Обухова
приказ от 31.08.2026 № 54

**РЕЖИМ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
НА 2026-2027 УЧЕБНЫЙ ГОД
К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДЕТСКОГО САДА № 37 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Санкт-Петербург
2026 г.

Режим дня в детском саду (ФОП ДО) - предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников.

Цель режима дня в детском саду по Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО) — сбалансированное сочетание образовательной, двигательной, игровой деятельности и отдыха, направленное на гармоничное развитие ребёнка, укрепление его здоровья и подготовку к дальнейшему обучению

Режим дня составлен в соответствии с расчетом 12-часового пребывания ребенка в детском саду и скорректирован с учетом работы данного учреждения и на основании:

- ✓ СанПин 2.4.2.4283-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- ✓ СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"

Режим дня в холодный период для групп раннего возраста (1,5-3 года)

«Морские звездочки»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, бульвар Александра Грина, д.2 к.2 с.1</i>	
Режимные моменты	Время
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08. 00
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10
Подготовка к завтраку. КГН. Завтрак	08.10 – 08.30
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	8.30 – 08.40 09.00 – 09.10
Самостоятельная деятельность детей.	08.50 – 09.00
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	09.10 – 10.20
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.20– 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 11.40
Подготовка к обеду, КГН. Обед	11.40 – 12.30
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	12.30 – 15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.30
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00

«Дельфинчики»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, улица Виктора Конецкого, дом 5</i>		
Режимные моменты	Время	
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08. 00	
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10	
Самостоятельная деятельность детей.	08.10 – 08.30	
Подготовка к завтраку. КГН. Завтрак	08.30 – 09.00	
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.00 – 09.10 09.25 – 09.35	09.10 – 09.20 09.30 – 09.40
Совместная деятельность с педагогами Самостоятельная деятельность детей.	09.35 – 10.30	
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.30– 10.40	
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 11.40	
Подготовка к обеду, КГН. Обед	11.40 – 12.30	
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	12.30 – 15.30	
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 16.45	
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45 – 18.45	
Возвращение с прогулки, КГН. Уход домой.	18.45 – 19.00	

Кораблик «Мечта»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, бульвар Александра Грина, д.4</i>		
Режимные моменты	Время	
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08. 00	
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10	
Подготовка к завтраку. КГН. Завтрак	08.10 – 08.30	
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	8.30 – 08.40 08.50 – 09.00	09.00 – 09.10 09.20 – 09.30
Самостоятельная деятельность детей.	09.10 – 9.40	08.50 – 09.00
Совместная деятельность.	09.40 – 10.20	
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.20– 10.40	
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 11.40	
Подготовка к обеду, КГН. Обед	11.40 – 12.30	
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	12.30 – 15.30	
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 16.30	

Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.30
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00

Режим дня в холодный период для младших групп (3-4 года)

«Жемчужинки»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, бульвар Александра Грина, д.2 к.2 с.1</i>	
Режимные моменты	3-4 года
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10
Самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность с педагогом.	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку. КГН. Завтрак	08.20 – 08.50
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	08.50 – 09.05 09.15 – 09.30
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	09.30 – 10.20
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.20 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.10
Подготовка к обеду, КГН. Обед	12.10 – 13.00
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00

«Китенок»

площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, улица Виктора Конецкого, дом 5			
Режимные моменты	3-4 года		
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08.00		
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10		
Самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность с педагогом.	08.10 – 08.20		
Подготовка к завтраку. КГН. Завтрак	08.20 – 08.45		
Самостоятельная деятельность детей.		08.45 – 09.10	
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	08.45 – 09.00 09.10 – 09.25	09.10 – 09.25 09.35 – 09.50	09.10 – 09.25 10.10 – 10.25
Совместная, самостоятельная деятельность детей.	09.25 – 10.20	09.50 – 10.10	
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.25 – 10.40		
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.20		
Подготовка к обеду, КГН. Обед	12.20 – 13.00		
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	13.00 – 15.30		

Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00

Кораблик «Дружный»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, бульвар Александра Грина, д.4</i>		
Режимные моменты	Время	
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08.00	
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10	
Самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность с педагогом.	08.10 – 08.30	
Подготовка к завтраку. КГН. Завтрак	08.30 – 09.00	
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	08.50 – 09.05 09.15 – 09.30	09.20 – 09.35 09.45 – 10.00
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	09.40 – 10.20	10.10 – 10.20
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.20 – 10.40	
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.10	
Подготовка к обеду, КГН Обед	12.10 – 13.00	
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	13.00 – 15.30	
Полдник	15.30 – 16.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 17.00	
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30	
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00	

Режим дня в холодный период для средней группы (4-5 лет)

«Парус»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, бульвар Александра Грина, д.2 к.2 с.1</i>		
Режимные моменты	Время	
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08.00	
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10	
Самостоятельная деятельность детей.	08.10 – 08.30	
Подготовка к завтраку. КГН. Дежурство. Завтрак	08.30 – 09.00	
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.15 - 09.35 09.45 - 10.05	
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	10.05 – 10.20	
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.20 – 10.40	
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.10	

Подготовка к обеду, КГН. Обед	12.10 – 13.00
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	13.00 – 15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00

«Осьминожки»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, бульвар Александра Грина, д.2 к.2 с.1</i>		
Режимные моменты	Время	
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08.00	
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10	
Самостоятельная деятельность детей.	08.10 – 08.30	
Подготовка к завтраку. КГН. Дежурство. Завтрак	08.30 – 09.00	
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.00 - 09.20 09.45 - 10.05	09.00 – 09.20 09.30 – 09.50
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	10.05 – 10.20	09.50 – 10.20
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.20 – 10.40	
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.10	
Подготовка к обеду, КГН. Обед	12.10 – 13.00	
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	13.00 – 15.30	
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 17.00	
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30	
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00	

Кораблик «Надежда»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, бульвар Александра Грина, д.4</i>		
Режимные моменты	Время	
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08.00	
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10	
Самостоятельная деятельность детей.	08.10 – 08.30	
Подготовка к завтраку. КГН. Дежурство. Завтрак	08.30 – 09.00	
Самостоятельная деятельность детей.		09.00 – 09.15
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.00 - 09.20 09.45 - 10.05	09.15 – 09.35 09.45 – 10.05
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	10.05 – 10.20	

КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.20 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.10
Подготовка к обеду, КГН. Обед	12.10 – 13.00
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	13.00 – 15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00

«Катерок»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, улица Виктора Конецкого, дом 5</i>		
Режимные моменты	Время	
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08.00	
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10	
Самостоятельная деятельность детей.	08.10 – 08.30	
Подготовка к завтраку. КГН. Дежурство. Завтрак	08.30 – 09.00	
Самостоятельная деятельность детей.		09.00 – 09.15
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.00 - 09.20 09.45 - 10.05	09.15 – 09.35 09.45 – 10.05
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	10.05 – 10.20	
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.20 – 10.40	
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.10	
Подготовка к обеду, КГН. Обед	12.10 – 13.00	
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	13.00 – 15.30	
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность со специалистами	16.00 – 17.00	
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30	
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00	

Режим дня в холодный период для старшей группы (5-6 лет)

Кораблик «Отважный»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, бульвар Александра Грина, д.4</i>	
Режимные моменты	Время
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.00– 08.10
Самостоятельная деятельность детей.	08.10 – 08.30
Подготовка к завтраку. КГН. Дежурство. Завтрак	08.30 – 09.00

Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.00 – 09.25 10.20 – 10.45	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00 16.00 – 16.25
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	09.25 – 10.10	10.00 – 10.30
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.10 – 10.20	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.20	
Подготовка к обеду, КГН. Обед	12.20 – 13.00	
Подготовка ко сну, чтение. Дневной сон	13.00 – 15.30	
Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.		
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 15.45	
Занятия со специалистами	16.00 - 16.25	
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.45 – 16.00 16.25 – 17.00	
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30	
Возвращение с прогулки, КГН.	18.30-19.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.		

Режим дня в холодный период для подготовительной группы (6-7 лет)

«Морской конёк»

площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, бульвар Александра Грина, д.2 к.2 с.1		
Режимные моменты	Время	
Прием детей (осмотр, измерение температуры). Утренний круг. Совместная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей.	07.00 – 08.00	
Утренняя гимнастика	08.00– 08.10	
Самостоятельная деятельность детей.	08.10 – 08.30	
Подготовка к завтраку. КГН. Дежурство. Завтрак	08.30 – 09.00	
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.00 – 09.30 09.45 – 10.15	09.00 – 09.30 09.40 – 10.10 10.20 – 10.50
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	10.15 – 10.30	
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.30 – 10.40	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 12.20	10.50 – 12.30
Подготовка к обеду, КГН. Обед	12.20 – 13.00	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, чтение. Дневной сон	13.00 – 15.30	
Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.		
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 15.45	
Занятия со специалистами	16.00 - 16.25	
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.45 – 16.00 16.25 – 17.00	
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30	
Возвращение с прогулки, КГН.	18.30-19.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.		

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 37 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Обухова Наталья
Валерьевна, Заведующий

02.09.26 10:17 (MSK)

Сертификат 306FFD3F1E4D8AAE2767A055DAEE4808