

*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 29.08.2025 № 62

**РЕЖИМ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД
К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДЕТСКОГО САДА № 37 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Санкт-Петербург
2025 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:

- ✓ Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- ✓ Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 ОБ утверждении санитарных правил и норм СП 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 (2-3 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 – 08.25	
Подготовка к завтраку. КГН. Завтрак	08.25 – 08.45	
Самостоятельная деятельность детей.	08.45 – 09.00 (09.10)	
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.00 – 09.10 09.10 – 09.20	09.10 – 09.20 09.30 – 09.40
Совместная деятельность с педагогами Самостоятельная деятельность детей.	09.30 – 10.30	
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.30– 10.40	
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10.40 – 11.50	
Подготовка к обеду, КГН. Обед	11.50 – 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	

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	

«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. Совместная деятельность с педагогом.	08.10 – 08.30
Подготовка к завтраку. КГН. Завтрак	08.30 – 09.00
Самостоятельная деятельность детей.	09.00 – 09.15
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.15 – 09.30 09.40 – 09.55
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	09.55 – 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

«Катерок»

<i>площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, улица Виктора Конецкого, дом 5</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 – 08.45	
Самостоятельная деятельность детей.		08.45 – 09.20
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	08.45 – 09.00 09.10 – 09.25	09.20 – 09.30 09.40 – 09.55
Совместная, самостоятельная деятельность детей.	09.25 – 10.20	09.55 – 10.20
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.20 – 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	

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

«Маячок»

<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 09.40 - 10.00
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	10.00 – 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)

«Морской конёк»

<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 08.45 – 09.00
Подготовка к завтраку. КГН. Дежурство. Завтрак	08.30 – 09.00
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	10.00 – 10.30
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	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 Постепенный подъем, КГН, измерение температуры.	13.00 – 15.30
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. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30-19.00

площадка по адресу: 199225, Санкт-Петербург, улица Виктора Конецкого, дом 5		
Режимные моменты	5-6 лет	
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	
	08.45 – 09.00	
Подготовка к завтраку. КГН. Дежурство. Завтрак	08.30 – 09.00	
Занятия со специалистами (с учетом 10 минутного перерыва).	09.00 – 09.25	09.00 – 09.25
	09.35 – 10.00	09.55 – 10.20
Совместная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	10.00 – 10.30	
КГН. Подготовка к завтраку. Второй завтрак	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. Совместная деятельность Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.45 - 16.10	
	16.10 – 17.00	
	17.00 – 18.30	
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30	
Возвращение с прогулки, КГН. Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	18.30 – 19.00	

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В тёплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, возможен перенос образовательной деятельности на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, характер, темп деятельности и так далее).

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОО может корректировать режим дня в зависимости от типа организации, и вида реализуемых образовательных программ, сезона года. Ниже приведены режимы дня в группах общеразвивающей направленности с учетом возможных изменений организации образовательного процесса, режиму питания, при неблагоприятных или иных условиях.

Примерный режим дня на случай неблагоприятных погодных условий

Режимные моменты	2-3 лет	3-4 лет	4-5 лет	5-6 лет
Прием детей, игры самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30	8.30-8.45	8.30-8.50	8.30-8.45
Игры, подготовка к занятиям	8.30-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
Занятия (с учетом 10 минутного перерыва). Совместная деятельность.	Занятия и совместная деятельность с педагогами проходят в соответствии с режимом в холодный период			
Второй завтрак	10.30 – 10.40	10.30 – 10.40	10.30 – 10.40	10.30 – 10.40
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, совместная деятельность	10.40-12.00	10.40-12.00	10.40-12.10	10.40-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.10-12.35	12.15-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	12.30-15.30	12.45-15.30	12.45-15.30	12.45-15.30
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-15.45	15.30-15.45
Совместная деятельность Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы индивидуальная работа, постепенный уход домой.	16.00-19.00	16.00-19.00	15.45-19.00	15.45-19.00

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

10.09.25 11:16 (MSK)

Сертификат 00D634050EB38B2D2EC77AE08784B36A4D