

Николаева
Марина
Владимировна

Подписано цифровой
подписью: Николаева
Марина Владимировна
Дата: 2026.08.31
09:27:33 +03'00'

Режимы дня

**организация жизнедеятельности дошкольника в
течение дня
на холодный период года
Образовательная площадка: Тихорецкий проспект дом 25, к 3
на 2026 – 2027 учебный год**

**Санкт-Петербург
2026 год**

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№68 комбинированного вида Калининского района Санкт-Петербурга**

«Согласовано»

Врач _____ Петухова Т.С.

Протокол педсовета №1

От 31.08.2026г.

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ д\с №68

_____ Николаева М.В..

Приказ № 80-1 от 31.08.2026г

**Режим дня
на холодный период года
Вторая группа раннего возраста № 11 (от 2 до 3 лет)
на 2026 – 2027 учебный год**

Приём детей, Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Взаимодействие с родителями, обсуждение текущих вопросов воспитания детей	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.10
Формирование навыков коммуникации, решение задач социально-эмоционального развития детей.	8.10-08.20
Гигиенические процедуры, Формирование культурно- гигиенических навыков. Подготовка к завтраку. Завтрак	8.20-8.45
Подготовка к занятиям Самостоятельная игровая деятельность	8.45- 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00- 9.10/ 9.20-9.30
Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми.	9.30- 9.40
культурно-гигиенических навыков. Подготовка к завтраку, второй завтрак. Формирование	9.40-9.50
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке	9.50- 10.15
Прогулка	10.15-11.20
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры Формирование культурно-гигиенических навыков. Самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду	11.20-11.45
Обед. Подготовка ко сну.	11.45-12.15
Дневной сон	12.15-15. 15
Бодрящая зарядка, Гигиенические процедуры, одевание	15.15-15.30
Подготовка к полднику. Формирование культурно- гигиенических навыков. Сервировка столов. Уплотненный полдник	15.30- 16.00
Совместная образовательная деятельность Самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Формирование культурно-гигиенических навыков.	16.30-17.00
Прогулка. Уход домой. Взаимодействие с родителями	17.00-19.00
Уход домой	19.00

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№68 комбинированного вида Калининского района Санкт-Петербурга**

«Согласовано»

Врач _____ Петухова Т.С.

Протокол педсовета №1

От 31.08.2026г.

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ д\с №68

_____ Николаева М.В..

Приказ № 80-1 от 31.08.2026г

**Режим дня
на холодный период года
Младшая группа № 1 (от 3 до 4 лет)
на 2026 – 2027 учебный год**

Приём детей, Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Взаимодействие с родителями, обсуждение текущих вопросов воспитания детей	07.00 – 08.00
Формирование навыков коммуникации, решение задач социально-эмоционального развития детей.	8.00-8.10
Утренняя гимнастика	08.10 –08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50
Подготовка к Образовательной деятельности Утренний круг	8.50-9.00
Занятие	09.00 – 09.15 09.25 – 09.40
Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми.	9.40-9.50
Подготовка к второму завтраку. Формирование культурно-гигиенических навыков. Второй завтрак	09.50 – 10.00
Самостоятельная деятельность детей.	10.00-10.10
Гигиенические процедуры, Формирование культурно- гигиенических навыков. Подготовка к прогулке	10.10 – 10.35
Прогулка	10.35-11.45
Возвращение с прогулки, совместная деятельность с детьми, совместная деятельность взрослых и детей по чтению художественной литературы. Подготовка к обеду.	11.45 -12.15
Обед. Подготовка ко сну.	12.15 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, водные процедуры	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник. Формирование культурно-гигиенических навыков.	15.30 – 16.00
Совместная образовательная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 16.40
Подготовка к прогулке, Формирование культурно- гигиенических навыков.	16.40 – 17.00
Вечерняя Прогулка	17.00- 19.00
Уход домой	19.00

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№68 комбинированного вида Калининского района Санкт-Петербурга**

«Согласовано»

Врач _____ Петухова Т.С.

Протокол педсовета №1

От 31.08.2026г.

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ д\с №68

_____ \ Николаева М.В..

Приказ № 80-1 от 31.08.2026г

**Режим дня
на холодный период года
Средняя группа № 3 (от 4 до 5 лет)
на 2026 – 2027 учебный год**

Приём детей, Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Взаимодействие с родителями, обсуждение текущих вопросов воспитания детей	07.00 – 08.00
Формирование навыков коммуникации, решение задач социально-эмоционального развития детей.	8.00-8.10
Утренняя гимнастика	08.10 –08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50
Подготовка к Образовательной деятельности, Утренний круг	8.50-9.00
Занятие	09.00 – 09.20 09.30 – 09.50
Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Подготовка к второму завтраку.	9.50-10.00
Формирование культурно-гигиенических навыков. Второй завтрак	10.00-10.10
Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа специалистов с детьми.	10.10--10.30
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке Формирование культурно-гигиенических навыков. Инструктаж по безопасности жизнедеятельности.	10.30 – 10.45
Прогулка	10.45-12.00
Возвращение с прогулки, совместная деятельность с детьми, Подготовка к обеду.	12.00-12.20
Обед. Подготовка ко сну.	12.20 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, водные процедуры	15.15 – 15.30
Вечерний круг	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник. Формирование культурно-гигиенических навыков.	15.40 – 16.00
Совместная образовательная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность детей.	16.00 – 16.40
Подготовка к прогулке, Формирование культурно- гигиенических навыков.	16.40 – 17.00
Вечерняя Прогулка	17.00- 19.00
Уход домой	19.00

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№68 комбинированного вида Калининского района Санкт-Петербурга**

«Согласовано»

Врач _____ Петухова Т.С.

Протокол педсовета №1

От 31.08.2026г.

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ д\с №68

_____\ Николаева М.В..

Приказ № 80-1 от 31.08.2026г

**Режим дня
на холодный период года
Группа № 10 (от 5 до 7 лет)
на 2026 – 2027 учебный год**

Приём детей, Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Взаимодействие с родителями, обсуждение текущих вопросов воспитания детей	07.00 – 08.00
Формирование навыков коммуникации, решение задач социально-эмоционального развития детей.	8.00-8.10
Утренняя гимнастика	08.10 –08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50
Подготовка к Образовательной деятельности, Утренний круг	8.50-9.00
Занятие	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00 10.20-10.45
Подготовка к второму завтраку. Формирование культурно- гигиенических навыков. Второй завтрак	10.10-10.20
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке Формирование культурно-гигиенических навыков. Инструктаж по безопасности жизнедеятельности.	10.45 – 11.00
Прогулка	11.00-12.15
Возвращение с прогулки, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду.	12.15 -12.30
Обед. Подготовка ко сну.	12.30 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, водные процедуры	15.15 – 15.30
Вечерний круг	15.30 – 15.45
Подготовка к полднику, полдник. Формирование культурно- гигиенических навыков.	15.45 – 16.00
Совместная образовательная деятельность, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, Формирование культурно- гигиенических навыков.	16.45 – 17.00
Вечерняя Прогулка	17.00- 19.00
Уход домой	19.00

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№68 комбинированного вида Калининского района Санкт-Петербурга**

«Согласовано»

Врач _____ Петухова Т.С.

Протокол педсовета №1

От 31.08.2026г.

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ д\с №68

_____ \ Николаева М.В..

Приказ № 80-1 от 31.08.2026г

**Режим дня
на холодный период года
Разновозрастная группа ТНР № 2 (от 4 до 7 лет)
на 2026 – 2027 учебный год**

Приём детей, Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию учителя-логопеда. Взаимодействие с родителями, обсуждение текущих вопросов воспитания детей	07.00 – 08.00
Формирование навыков коммуникации, решение задач социально-эмоционального развития детей.	8.00-8.10
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50
Подготовка к Образовательной деятельности, Утренний круг	8.50-9.00
Занятие (*для детей 4-5 лет длительность занятия сокращается на 5 минут) (*для детей 6-7 лет длительность занятия может увеличиться на 5 минут)	09.00 – 09.25* 09.35 – 10.00* 10.20-10.45*
Подготовка к второму завтраку. Формирование культурно-гигиенических навыков. Второй завтрак	10.10-10.20
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке Формирование культурно-гигиенических навыков. Инструктаж по безопасности жизнедеятельности.	10.45 – 11.00
Прогулка	11.00-12.15
Возвращение с прогулки, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду.	12.15 -12.30
Обед. Подготовка ко сну.	12.30 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, водные процедуры	15.15 – 15.30
Индивидуальная работа с детьми по заданию учителя-логопеда. Вечерний круг	15.30 – 15.45
Подготовка к полднику, полдник. Формирование культурно-гигиенических навыков.	15.45 – 16.00
Совместная образовательная деятельность, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию учителя-логопеда, педагога психолога	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, Формирование культурно-гигиенических навыков.	16.45 – 17.00
Вечерняя Прогулка	17.00- 19.00
Уход домой	19.00

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№68 комбинированного вида Калининского района Санкт-Петербурга**

«Согласовано»

Врач _____ Петухова Т.С.

Протокол педсовета №1

От 31.08.2026г.

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ д\с №68

_____ \ Николаева М.В..

Приказ № 80-1 от 31.08.2026г

**Режим дня
на холодный период года
Подготовительная группа ЗПР № 6 (от 6 до 7 лет)
на 2026 – 2027 учебный год**

Приём детей, Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов. Взаимодействие с родителями, обсуждение текущих вопросов воспитания детей	07.00 – 08.00
Формирование навыков коммуникации, решение задач социально-эмоционального развития детей.	8.00-8.10
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50
Подготовка к Образовательной деятельности, Утренний круг	8.50-9.00
Занятие	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00 10.20-10.45
Подготовка к второму завтраку. Формирование культурно- гигиенических навыков. Второй завтрак	10.10-10.20
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке Формирование культурно-гигиенических навыков. Инструктаж по безопасности жизнедеятельности.	10.45 – 11.00
Прогулка	11.00-12.15
Возвращение с прогулки, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду.	12.15 -12.30
Обед. Подготовка ко сну.	12.30 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, водные процедуры	15.15 – 15.30
Вечерний круг. Индивидуальная работа с детьми по заданию учителя- дефектолога, учителя-логопеда, педагога-психолога	15.30 – 15.45
Подготовка к полднику, полдник. Формирование культурно- гигиенических навыков.	15.45 – 16.00
Совместная образовательная деятельность, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, Формирование культурно- гигиенических навыков.	16.45 – 17.00
Вечерняя Прогулка	17.00- 19.00
Уход домой	19.00

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №68
комбинированного вида Калининского района Санкт-Петербурга**

«Согласовано»

Врач _____ Петухова Т.С.

Протокол педсовета №1

От 31.08.2026г.

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ д\с №68

_____/ Николаева М.В..

Приказ № 80-1 от 31.08.2026г

**Режим дня
на холодный период года
Старшая группа ЗПР № 4 (от 5 до 6 лет)
на 2026 – 2027 учебный год**

Приём детей, Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов Взаимодействие с родителями, обсуждение текущих вопросов воспитания детей	07.00 – 08.00
Формирование навыков коммуникации, решение задач социально-эмоционального развития детей.	8.00-8.10
Утренняя гимнастика	08.10 –08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50
Подготовка к Образовательной деятельности, Утренний круг	8.50-9.00
Занятие	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00 10.20-10.45
Подготовка к второму завтраку. Формирование культурно- гигиенических навыков. Второй завтрак	10.10-10.20
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке Формирование культурно-гигиенических навыков. Инструктаж по безопасности жизнедеятельности.	10.45 – 11.00
Прогулка	11.00-12.15
Возвращение с прогулки, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду.	12.15 -12.30
Обед. Подготовка ко сну.	12.30 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, водные процедуры	15.15 – 15.30
Вечерний круг. Индивидуальная работа с детьми по заданию учителя- дефектолога, учителя-логопеда, педагога-психолога	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник. Формирование культурно- гигиенических навыков.	15.40 – 16.00
Совместная образовательная деятельность, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, Формирование культурно- гигиенических навыков.	16.45 – 17.00
Вечерняя Прогулка	17.00- 19.00
Уход домой	19.00

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№68 комбинированного вида Калининского района Санкт-Петербурга**

«Согласовано»

Врач _____ Петухова Т.С.

Протокол педсовета №1

От 31.08.2026г.

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ д\с №68

_____ Николаева М.В..

Приказ № 80-1 от 31.08.2026г

**Режим дня
на холодный период года
Старшая группа ЗПР № 8 (от 5 до 6 лет)
на 2024 – 2025 учебный год**

Приём детей, Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов Взаимодействие с родителями, обсуждение текущих вопросов воспитания детей	07.00 – 08.00
Формирование навыков коммуникации, решение задач социально-эмоционального развития детей.	8.00-8.10
Утренняя гимнастика	08.10 –08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50
Подготовка к Образовательной деятельности, Утренний круг	8.50-9.00
Занятие	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00 10.20-10.45
Подготовка к второму завтраку. Формирование культурно- гигиенических навыков. Второй завтрак	10.10-10.20
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке Формирование культурно-гигиенических навыков. Инструктаж по безопасности жизнедеятельности.	10.45 – 11.00
Прогулка	11.00-12.15
Возвращение с прогулки, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду.	12.15 -12.30
Обед. Подготовка ко сну.	12.30 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, водные процедуры	15.15 – 15.30
Вечерний круг. Индивидуальная работа с детьми по заданию учителя- дефектолога, учителя-логопеда, педагога-психолога	15.30 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник. Формирование культурно- гигиенических навыков.	15.40 – 16.00
Совместная образовательная деятельность, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, Формирование культурно- гигиенических навыков.	16.45 – 17.00
Вечерняя Прогулка	17.00- 19.00
Уход домой	19.00

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№68 комбинированного вида Калининского района Санкт-Петербурга**

«Согласовано»

Врач _____ Петухова Т.С.

Протокол педсовета №1

От 31.08.2026г.

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ д\с №68

_____ Николаева М.В..

Приказ № 80-1 от 31.08.2026г

**Режим дня
на холодный период года
Разновозрастная группа УО № 7 (от 4 до 7 лет)
на 2024 – 2025 учебный год**

Приём детей, Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов. Взаимодействие с родителями, обсуждение текущих вопросов воспитания детей	07.00 – 08.00
Формирование навыков коммуникации, решение задач социально-эмоционального развития детей.	8.00-8.10
Утренняя гимнастика	08.10 –08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50
Подготовка к Образовательной деятельности, Утренний круг	8.50-9.00
Занятие (*длительность занятия может быть сокращена/увеличена в пределах 5 минут в зависимости от индивидуальных особенностей детей)	09.00 – 09.20* 09.30 – 09.50*
Формирование культурно-гигиенических навыков. Индивидуальная работа специалистов с детьми. Второй завтрак	09.50 – 10.10
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке Формирование культурно-гигиенических навыков. Инструктаж по безопасности жизнедеятельности.	10.10 – 10.35
Прогулка	10.35-11.45
Возвращение с прогулки, совместная деятельность с детьми, Подготовка к обеду.	11.45 -12.15
Обед. Подготовка ко сну.	12.15 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, водные процедуры	15.15 – 15.30
Формирование культурно-гигиенических навыков. Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 16.00
Совместная образовательная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов	16.00 – 16.40
Подготовка к прогулке, Формирование культурно-гигиенических навыков.	16.40 – 17.00
Вечерняя Прогулка	17.00- 19.00
Уход домой	19.00