

ПРИНЯТ:

На педагогическом совете

Протокол № 1

От «27» августа 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий ГБДОУ д/с № 36

_____ Е. А. Климова

Приложение 2

к Приказ № 137 – р

от «18» августа 2025 г.

С учётом мнения Совета родителей
ГБДОУ № 36 Красногвардейского района

**Ежедневная организация жизни и
деятельности детей
на 2025– 2026 учебный год
Государственного бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
детский сад № 36
Красногвардейского
района Санкт -
Петербурга**

Санкт-Петербург
2025

**ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
с 01.09.2025 по 31.05.2026**

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.
ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА
(для детей 1.6-2 года)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика.
8.10 – 8.20	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.20 – 8.50	30мин.	Завтрак.
8.50 – 9.00	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Игры. Общение детей по интересам.
9.00 – 9.10	10мин.	Занятие 1 /в соответствии с Расписанием/
9.10 - 9.20	10мин.	Динамическая пауза
9.20 – 9.30	10мин.	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием/
9.45 – 9.55	10мин.	Второй завтрак.
9.55 – 10.15	20мин.	Подготовка к прогулке.
10.15 – 11.25	1ч10мин.	Утренняя прогулка.
11.25 – 11.55	30мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
11.55 – 12.25	30мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
12.25 – 15.25	3ч	Дневной сон. Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, Одевание, Причесывание.
15.25 – 15.55	30мин.	Полдник.
15.55 – 16.40	45мин.	Свободная деятельность. Игры.
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учётом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололёде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО).

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

ПЕРВАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА

(для детей 2-3 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика.
8.10 – 8.20	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.20 – 8.50	30мин.	Завтрак.
8.50 – 9.00	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Игры. Общение детей по интересам.
9.00 – 9.10	10мин.	Занятие 1 /в соответствии с Расписанием/
9.10 - 9.20	10мин.	Динамическая пауза
9.20 – 9.30	10мин.	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием/
9.50 – 10.00	10мин.	Второй завтрак.
10.00 – 10.20	20мин.	Подготовка к прогулке.
10.20 – 11.30	1ч10мин.	Утренняя прогулка.
11.30-12.00	30мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду. Обед
12.00 – 12.30	30мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
12.30 – 15.30	3ч	Дневной сон. Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, Одевание, Причесывание.
15.30 – 16.00	30мин.	Полдник.
16.00 – 16.40	40мин.	Свободная деятельность. Игры.
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учётом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололёде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО).

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
с 01.09.2025 по 31.05.2026
Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.
ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА
(для детей 3-4 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Приём детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика.
8.10 – 8.20	10мин.	«Утренний круг».
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 8.50	20мин.	Завтрак.
8.50 – 9.00	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Игры. Общение детей по интересам.
9.00 – 9.15	15мин.	Занятие 1 /в соответствии с Расписанием/
9.15 – 9.25	10мин.	Динамическая пауза.
9.25 – 9.40	15мин.	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием/
9.40 – 10.00	20мин.	Самостоятельные игры.
10.00 – 10.10	10мин.	Второй завтрак.
10.10 – 10.30	20мин.	Подготовка к прогулке.
10.30 – 11.40	1ч10мин.	Утренняя прогулка.
11.40 – 12.00	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
12.00 – 12.30	30мин.	Обед.
12.30 – 13.00	30мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
13.00 – 15.30	2,5ч	Дневной сон. Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, одевание, причёсывание.
15.30-16.00	30мин.	Полдник.
16.00-16.30	30 мин.	Самостоятельные игры. Совместная деятельность.
16.30 – 16.40	10мин.	«Вечерний круг»
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учётом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололёде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО).

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

СРЕДНЯЯ ГРУППА

(для детей 4-5 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика.
8.10 – 8.20	10мин.	«Утренний круг».
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 8.50	20мин.	Завтрак.
8.50 – 9.00	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Игры. Общение детей по интересам.
9.00 – 9.20	20мин.	Занятие 1 /в соответствии с Расписанием/
9.20 – 9.50	30мин.	Самостоятельные игры.
9.50 – 10.10	20мин.	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием/
10.10 – 10.20	10мин.	Второй завтрак.
10.20 – 10.40	20мин.	Подготовка к прогулке.
10.40 – 11.50	1ч10мин.	Утренняя прогулка.
11.50 – 12.10	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
12.10 – 12.40	30мин.	Обед.
12.40 – 13.00	20мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
13.00 – 15.30	2,5ч	Дневной сон. Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика. Одевание. Причесывание.
15.30 – 16.00	30мин.	Полдник.
16.00 – 16.30	30мин.	Самостоятельные игры. Совместная деятельность.
16.30-16.40	10мин.	«Вечерний круг»
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учётом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололёде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО).

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

СТАРШАЯ ГРУППА

(для детей 5-6 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.20	10мин.	«Утренний круг»
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 8.50	20мин.	Завтрак.
8.50 – 9.00	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Игры. Общение детей по интересам.
9.00 – 9.25	25мин.	Занятие 1 /в соответствии с Расписанием/
9.25 – 9.35	10мин.	Динамическая пауза.
9.35 – 10.00	25мин.	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием
10.00 – 10.20	20мин.	Самостоятельная деятельность детей. Игры.
10.20 – 10.30	10мин.	Второй завтрак.
10.30 – 10.50	20мин.	Подготовка к прогулке.
10.50 – 12.00	1ч10мин.	Утренняя прогулка.
12.00 – 12.20	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
12.20 – 12.50	30мин.	Обед.
12.50 – 13.00	10мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
13.00 – 15.30	2,5ч	Дневной сон. Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика. Одевание. Причесывание.
15.30 – 16.00	30мин.	Полдник.
16.00 – 16.20	20мин.	Самостоятельные игры. Совместная деятельность
16.20 – 16.45	25мин.	Занятие 3 /в соответствии с Расписанием/
-	-	«Вечерний круг»
16.45 – 17.00	15мин.	Подготовка к прогулке
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учётом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололёде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО).

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

(для детей 6-7 лет)

ведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.20	10мин.	«Утренний круг»
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 8.50	20мин.	Завтрак.
8.50 – 9.00	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Общение детей по интересам.
9.00 – 9.30	30мин.	Занятие 1 /в соответствии с Расписанием/
9.30 – 9.40	10мин.	Динамическая пауза.
9.40 – 10.10	30мин.	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием/
10.10 – 10.20	10мин.	Второй завтрак.
10.20 – 10.50	30мин.	Занятие 3 /в соответствии с Расписанием/
10.50 – 11.10	20мин.	Подготовка к прогулке.
11.10 – 12.10	1ч	Утренняя прогулка.
12.10 – 12.30	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
12.30 – 13.00	30мин.	Обед.
13.00 – 15.30	2,5ч	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном. Дневной сон.
15.30 – 15.40	10мин.	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика. Одевание. Причесывание.
15.40-16.00	20мин.	Полдник.
16.00 – 16.30	30мин.	Самостоятельные игры. Совместная деятельность.
16.30 – 16.40	10мин.	«Вечерний круг»
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учётом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололёде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО).