

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №35 комбинированного вида  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТ**

решением Педагогического совета  
ГБДОУ детский сад № 35  
Фрунзенского района СПб  
протокол от 30.08.2023 г. № 1

с учетом мнения совета родителей  
ГБДОУ детский сад № 35  
Фрунзенского района СПб  
протокол от 30. 08. 2023 г. № 13

**УТВЕРЖДЕН**

заведующим ГБДОУ детский сад № 35  
Фрунзенского района СПб  
Подписан электронной подписью  
\_\_\_\_\_Симанковой И.В.  
Приказом от 30.08.2023 г. № 45 - ПС

**РЕЖИМ ДНЯ**

**Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 35 комбинированного вида  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

(ГБДОУ детский сад № 35 Фрунзенского района СПб)

**Санкт-Петербург  
2023**

## Режим дня в группе детей от 1,5 до 3 лет

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей	7.00 - 8.25
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	8.25 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00 - 9.10 9.20 - 9.30
Совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей	9.30 - 10.30
Второй завтрак <sup>1</sup>	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 - 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.40 - 11.55
Подготовка к обеду, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	11.55 - 12.00
Обед	12.00 - 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 - 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и закаливающие процедуры, гимнастический мини-комплекс для нормализации работы пищеварительной системы и гигиенические процедуры	15.20 - 15.35

<sup>1</sup> Пункт 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Подготовка к полднику, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения,	15.35-15.40
Полдник	15.40 - 15.55
Игры, совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей	15.55–16.40
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10 16.20-16.30
Подготовка к прогулке	16.40 - 17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	17.00 - 19.00

Содержание	Время
Теплый период года	
Прием детей на улице, осмотр, совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	8.15 - 8.25
Подготовка к завтраку, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	8.25 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.50-9.10
Прогулка, совместная деятельность педагога и детей, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.10-10.15 10.50-11.40
Второй завтрак <sup>2</sup>	10.30-10.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40-11.55

<sup>2</sup> Пункт 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Подготовка к обеду, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	11.55 - 12.00
Обед	12.00 - 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 - 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и закаливающие процедуры, гимнастический мини-комплекс для нормализации работы пищеварительной системы и гигиенические процедуры	15.20 - 15.35
Подготовка к полднику, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	15.35-15.40
Полдник	15.40 - 16.00
Игры, подготовка к прогулке	16.00 - 16.25
Прогулка, совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	16.25-19.00

### Режим дня в дошкольных группах

Содержание	3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
<b>Холодный период года</b>				
Прием детей, осмотр, совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей, игры	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.35	7.00-8.35
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	8.30 - 8.35	8.30 - 8.35	8.35 - 8.40	8.35 - 8.40
Завтрак	8.35-8.50	8.35-8.50	8.40-8.50	8.40-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)/ совместная деятельность педагога и детей	9.00-10.30	9.00-10.30	9.00-10.50 10.20 - 12.20*	9.00-10.50 10.20 - 12.20*

Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40	10.50-11.00	10.50-11.00
Подготовка к прогулке	10.40 - 10.50	10.40 - 10.50	8.50-9.00* 11.00 - 11.10	8.50-9.00* 11.00 - 11.10
Прогулка	10.50 - 12.00	10.50 - 12.00	9.00-10.00* 10.10 - 12.10	9.00-10.00* 11.10 - 12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00 - 12.15	12.00 - 12.15	10.00 - 10.10* 12.10- 12.20	10.00 - 10.10* 12.10 - 12.20
Подготовка к обеду, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	12.15 - 12.20	12.15 - 12.20	12.20 - 12.25	12.20 - 12.25
Обед	12.20-12.45	12.20-12.45	12.25 - 12.45	12.25 - 12.45
Подготовка ко сну, сон	12.45-15.15	12.45-15.15	12.45-15.15	12.45-15.15
Постепенный подъем детей, оздоровительные и закаливающие процедуры, гимнастический мини-комплекс для нормализации работы пищеварительной системы и гигиенические процедуры	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Занятия	-	-	16.00-16.25	-
Игры, совместная деятельность педагога и детей, культурные практики, самостоятельная деятельность детей	15.45-16.50	15.45-16.50	15.45-16.50	15.45-16.50
Подготовка к прогулке	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00

\* Вариативный режим в соответствии с расписанием занятий физкультура, бассейн, музыка

Содержание	3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
Теплый период года				
Прием детей на улице, осмотр, совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей, игры	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.35	7.00-8.35

Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.25 - 8.35	8.25 - 8.35
Подготовка к завтраку, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	8.30 - 8.35	8.30 - 8.35	8.35 - 8.40	8.35 - 8.40
Завтрак	8.35-8.50	8.35-8.50	8.40-8.55	8.40-8.55
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.50-9.10	8.50-9.10	8.55-9.10	8.55 - 9.10
Прогулка, занятия на прогулке, совместная деятельность педагога и детей	9.10-11.50	9.10-11.50	9.10-12.00	9.10-12.00
Второй завтрак <sup>3</sup>	10.30-10.40	10.30-10.40	10.50-11.00	10.50-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 - 12.15	11.50 - 12.15	12.00- 12.20	12.00- 12.20
Подготовка к обеду, психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	12.15 - 12.20	12.15 - 12.20	12.20 - 12.25	12.20 - 12.25
Обед	12.20-12.45	12.20-12.45	12.25 - 12.45	12.25 - 12.45
Подготовка ко сну, сон	12.45-15.15	12.45-15.15	12.45-15.15	12.45-15.15
Постепенный подъем детей, оздоровительные и закаливающие процедуры, гимнастический мини-комплекс для нормализации работы пищеварительной системы и гигиенические процедуры	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Игры, подготовка к прогулке	15.45-16.15	15.45-16.15	15.45-16.15	15.45-16.15
Прогулка, совместная деятельность педагога и детей, культурные практики, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	16.15-19.00	16.15-19.00	16.15-19.00	16.15-19.00

<sup>3</sup> Пункт 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 290930343710282493392205396682444359568355846696

Владелец Симанкова Ирина Владимировна

Действителен с 04.09.2023 по 03.09.2024

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 290930343710282493392205396682444359568355846696

Владелец Симанкова Ирина Владимировна

Действителен с 04.09.2023 по 03.09.2024