



**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 62 Приморского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТ:**

Педагогическим советом ОУ  
ГБДОУ детский сад № 62  
Приморского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.08.2025 г. № 1

**УТВЕРЖДЕН:**

Приказом ГБДОУ детский сад № 62  
Приморского района Санкт-Петербурга  
от «01» сентября 2025 г. № 45-о/д  
Заведующий

\_\_\_\_\_ В.М. Янковская

**РЕЖИМ ДНЯ  
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
ДЕТСКИЙ САД № 62 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**Режим дня ясельной группы №1**  
**на** **период**

Первая половина дня	Дома	Подъем, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	08.30–09.00
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>09.00–09.10</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	09.10–10.10
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>10.10–10.20</b>
		Формирование культурно-гигиенических навыков	10.20–10.30
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.30–10.40</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	10.40–12.00
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед,</b>	<b>12.00–12.30</b>
		подготовка ко сну	
		<i>Дневной сон</i>	12.30–15.30
		Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.30–15.40
Вторая половина дня		<b>Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник</b>	<b>15.40–16.00</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.00–18.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
	Дома	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00– 20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

## Режим дня ясельной группы №2

на                      период

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	08.30–09.00
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>09.00–09.10</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	09.10–09.50
		Формирование культурно-гигиенических навыков	09.50–10.00
		Совместная/самостоятельная деятельность	10.00–10.30
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.30–10.40</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	10.40–12.00
Вторая половина дня	Дома	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед,</b>	12.00–12.30
		подготовка ко сну	
		<i>Дневной сон</i>	12.30–15.30
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.30–15.40
		<b>Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник</b>	15.40–16.00
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.00–18.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
		Дома	Подготовка к ужину, ужин
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00– 20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

**Режим дня младшей группы №1  
на период**

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	<b>08.30–09.00</b>
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	
		Совместная/самостоятельная деятельность	09.00–09.20
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>09.20–09.35</b>
		Формирование культурно-гигиенических навыков	09.35–09.45
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>09.45–10.00</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность (подгрупповая)	09.45–10.30
		Совместная/самостоятельная деятельность (подгрупповая)	10.15–10.30
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.30–10.45</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	10.45–12.00
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (по подгруппам)	
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>	<b>12.00–12.30</b>
		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	<b>12.30–15.00</b>
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.20
		Формирование культурно-гигиенических навыков	15.20–15.30
Вторая половина дня	Дома	<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.30–16.00</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.00–18.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
		Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

**Режим дня младшей группы №2**  
**на период**

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	<b>08.30–09.00</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность (подгрупповая)	09.00–09.20
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>09.20–09.35</b>
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	
		Формирование культурно-гигиенических навыков	09.45–10.00
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	
		Формирование культурно-гигиенических навыков	<b>10.15–10.30</b>
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.30–10.45</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	10.45–12.00
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (по подгруппам)	
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>	12.00–12.30
		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	12.30–15.00
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.20
		Формирование культурно-гигиенических навыков	15.20–15.30
		<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.30–16.00</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.00–18.30
Вторая половина дня		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
	Дома	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

**Режим дня средней группы №1  
на период**

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	<b>08.30–09.00</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	09.00–09.45
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>09.45–10.05</b>
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.05–10.15</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	10.15–12.00
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (подгруппа)	(10.40)
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>11.00–11.20</b>
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (подгруппа)	10.05–12.00 (11.20)
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>11.35–11.55</b>
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>	11.55–12.30
		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	12.30–15.00
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.20
		Формирование культурно-гигиенических навыков	15.20–15.30
		<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.30–16.00</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.00–18.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
Вторая половина дня		Уход домой	19.00
	Дома	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

**Режим дня средней группы №2**  
**на                      период**

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	<b>08.30–09.00</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	09.00–09.15
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>09.15–09.35</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	09.35–09.45
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>09.45–10.05</b>
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.05–10.25</b>
		<b>Образовательная Деятельность (вторник)</b>	<b>10.25–10.45</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	10.45–12.00
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (подгруппа)	(10.40)
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>11.00–11.20</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	11.20–12.00
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>	<b>12.00–12.30</b>
		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	<i>12.30–15.00</i>
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.20
		Формирование культурно-гигиенических навыков	15.20–15.30
		<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.30–16.00</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.00–18.30
Вторая половина дня		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
	Дома	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

**Режим дня старшей группы №1**  
**на                      период**

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30	
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20	
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30	
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	08.30–09.00	
		Подготовка к прогулке, прогулка (вариативная)	09.00–10.15	
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры		
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>10.15–10.40</b>	
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.40–10.50</b>	
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>10.50–11.15</b>	
		Совместная/самостоятельная деятельность	11.15–12.00	
<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>		12.00–12.30		
Вторая половина дня		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	12.30–15.00	
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.10	
		<b>Образовательная/досуговая Деятельность (четверг)</b>	<b>15.10–15.40</b>	
		<b>Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник</b>	<b>15.40–16.00</b>	
		Совместная/самостоятельная деятельность	15.50–16.30	
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.30–18.30	
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00	
		Уход домой	19.00	
	Дома		Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
			Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)	



## Режим дня старшей группы №2 на период

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	08.30–09.00
		Подготовка к прогулке, прогулка	09.00–10.15
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>10.15-10.40</b>
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.40-10.50</b>
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>10.50-11.15</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	11.15-11.35
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>11.35-12.00</b>
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>	12.00–12.30
		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	12.30–15.00
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.10
Вторая половина дня		Совместная/самостоятельная деятельность	15.10-15.30
		<b>Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник</b>	<b>15.30-15.45</b>
		<b>Образовательная/досуговая Деятельность (четверг)</b>	<b>15.45-16.10</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	16.10-16.30
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.30–18.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
	Дома	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

# **Режим дня старшей группы №3** **на** **период**

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	08.30–09.00
		Подготовка к прогулке, прогулка	09.00–10.15
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>10.15-10.40</b>
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.40-10.55</b>
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>10.55-11.20</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	11.20-11.35
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>11.35-12.00</b>
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>	12.00–12.30
		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	12.30–15.00
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.10
Вторая половина дня		Совместная/самостоятельная деятельность	15.10-15.30
		<b>Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник</b>	<b>15.30-15.50</b>
		<b>Образовательная/досуговая Деятельность (среда)</b>	<b>15.50-16.15</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	16.15-16.30
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.30–18.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
	Дома	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

**Режим дня подготовительной группы №1  
на период**

Первая половина дня	Дома		
	В ДОО	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
		Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	08.30–09.00
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>09.00–09.30</b>
		Формирование культурно-гигиенических навыков	09.30–09.40
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>09.40–10.10</b>
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.10–10.20</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка (вариативная)	10.20–11.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>11.30–12.00</b>
		Формирование столового этикета	12.00–12.30
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>	12.30–13.00
		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	10.00–15.00
Вторая половина дня		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.10
		<b>Досуговая Деятельность (среда)</b>	<b>15.10–15.40</b>
		<b>Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник</b>	15.40–16.00
		Совместная/самостоятельная деятельность	16.00–16.30
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.30–18.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
	Дома		
		Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

**Режим дня подготовительной группы №2  
на период**

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	08.30–09.00
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>09.00–09.30</b>
		Формирование культурно-гигиенических навыков	09.30–09.40
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>09.40–10.10</b>
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.10–10.20</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка (вариативная)	10.20–11.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>11.30–12.00</b>
		Формирование столового этикета	12.00–12.30
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>	12.20–13.00
		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	10.00–15.00
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.10
		<b>Досуговая Деятельность (вторник)</b>	<b>15.10–15.40</b>
		<b>Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник</b>	15.40–16.00
		Совместная/самостоятельная деятельность	16.00–16.30
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.30–18.30
Вторая половина дня		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
	Дома	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

## Режим дня подготовительной группы №3 на период

Первая половина дня	Дома	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	В ДОО	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
		Утренняя гимнастика	08.20–08.30
		<b>Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак</b>	08.30–09.00
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>09.00–09.30</b>
		Формирование культурно-гигиенических навыков	09.30–09.40
		<b>Образовательная Деятельность (подгрупповая)</b>	<b>09.40–10.10</b>
		Совместная/самостоятельная деятельность	10.10–10.30
		<b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>	<b>10.30–10.50</b>
		<b>Образовательная Деятельность</b>	<b>10.50–11.20</b>
		Подготовка к прогулке, прогулка (вариативная)	11.20-12.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	
		<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед</b>	12.30–13.00
		<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	13.00–15.00
Вторая половина дня	Дома	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.10
		<b>Досуговая Деятельность (среда, четверг)</b>	<b>15.10–15.40</b>
		<b>Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник</b>	15.40–16.00
		Совместная/самостоятельная деятельность	16.00–16.30
		Подготовка к прогулке, прогулка	16.30–18.30
		Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры;	18.30–19.00
		совместная/самостоятельная деятельность	
		Уход домой	19.00
		Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)		