



**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**

Санкт-Петербург  
2025

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

**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

**Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак** 08.30–09.00

**Образовательная Деятельность** **09.00–09.10**

Совместная/самостоятельная деятельность 09.10–10.10

**Образовательная Деятельность** **10.10-10.20**

Формирование культурно-гигиенических навыков 10.20–10.30

**Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак** **10.30–10.40**

Подготовка к прогулке, прогулка 10.40–12.00

Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры 12.00–12.30

**Подготовка к обеду (личная гигиена), обед,** подготовка ко сну 12.30–15.30

**Дневной сон** 15.30–15.40

Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры 15.40–16.00

**Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник** 16.00–18.30

Подготовка к прогулке, прогулка 18.30–19.00

Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность 19.00

Уход домой 19.00–20.00

**Дома**

Подготовка к ужину, ужин 20.00– 20.30

Спокойные игры, гигиенические процедуры 20.30–06.30

Ночной сон (07.30)

Первая половина дня

Вторая половина дня

## Режим дня ясельной группы №2 на период

<b>Первая половина дня</b>	<b>Подъём, утренний туалет</b>	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</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
	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	
	<b>Подготовка к обеду (личная гигиена), обед, подготовка ко сну</b>	12.00–12.30
	<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
<b>Вторая половина дня</b>		
<b>Дома</b>		
	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
	Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
	Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

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
Вторая половина дня		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>	12.00–12.30
		<b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>	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>
Дома		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

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

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>
Вторая половина дня		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
		<b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>	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>
Дома		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 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>
Вторая половина дня		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>
		<b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>	<b>12.30–15.00</b>
		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
	Дома	Уход домой	19.00
		Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
Вторая половина дня		Ночной сон	20.30–06.30
			(07.30)

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
		<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
Вторая половина дня	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**

**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

**Подготовка к завтраку (личная гигиена), завтрак** 08.30–09.00

Подготовка к прогулке, прогулка 09.00–10.15

Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры

**Образовательная Деятельность** 10.15-10.40

**Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак** 10.40-10.50

**Образовательная Деятельность (подгрупповая)** 10.50-11.15

Совместная/самостоятельная деятельность 11.15-11.35

**Образовательная Деятельность (подгрупповая)** 11.35-12.00

**Подготовка к обеду (личная гигиена), обед** 12.00–12.30

*Подготовка ко сну, дневной сон* 12.30–15.00

Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры 15.00–15.10

Совместная/самостоятельная деятельность 15.10-15.30

**Подготовка к полднику (личная гигиена), полдник** 15.30-15.45

**Образовательная/досуговая Деятельность (четверг)** 15.45-16.10

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)

Первая половина дня

Вторая половина дня

Первая половина дня	<b>Дома</b>	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	<b>В ДОО</b>	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
		<b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>	12.30–15.00
		Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры	15.00–15.10
		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
Вторая половина дня	<b>Дома</b>	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
		Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
		Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

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>	<b>12.30–13.00</b>
		<b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>	<b>10.00–15.00</b>
		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>	<b>15.40–16.00</b>
		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
Вторая половина дня	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)

<b>Дома</b>	Подъём, утренний туалет	06.30–07.30
	Ежедневный утренний прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, беседы	07.00–08.20
<b>В ДОО</b>	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
	<b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>	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
	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
	Уход домой	19.00
<b>Дома</b>	Подготовка к ужину, ужин	19.00–20.00
	Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00–20.30
	Ночной сон	20.30–06.30 (07.30)

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
		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; совместная/самостоятельная деятельность	18.30–19.00
		Уход домой	19.00
Вторая половина дня	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)