

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 73 «Василек»
Василеостровского района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ детский сад № 73 «Василек» Василеостровского района)

СОГЛАСОВАН
Врач СПб ГБУЗ
«Городская поликлиника №4»
28 августа 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
приказ заведующего
ГБДОУ детского сада № 73 «Василек»
Василеостровского района
№68-ОД «28» августа 2025
_____ Т.Н. Быкова

**РЕЖИМЫ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКОГО САДА № 73 «ВАСИЛЕК»
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
(ПЛОЩАДКА №2)**

Санкт-Петербург
2025

**РЕЖИМ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД
2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД
12-часовое пребывание**

Режимные мероприятия	Время	
	Группа «Любознайки» 5-6 лет	Группа «Совята» 6-7 лет
Утренний прием, самостоятельная и совместная деятельность детей	07.00-08.10	07.00-08.10
Утренний круг	08.10-08.20	08.10-08.20
Утренняя гимнастика	08.20-08.30	08.20-08.30
Завтрак	08.30-09.00	08.30-09.00
Образовательная нагрузка	09.00-9.25	09.00 -9.30
Перерыв	09.25-9.35	09.30-9.40
Образовательная нагрузка	09.35-10.00	09.40-10.10
Перерыв	10.00-10.10	10.10-10.20
Образовательная нагрузка	-	10.20-10.50
Самостоятельная и совместная деятельность	10.10-10.35	-
Второй завтрак	10.35-10.50	10.50-11.00
Прогулка, двигательная активность	10.50-12.00	11.00-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10	12.00-12.10
Обед	12.10-12.50	12.10-12.50
Дневной сон	12.50-15.10	12.50-15.10
Пробуждение	15.10-15.25	15.10-15.20
Полдник	15.25-15.50	15.20-15.50
Образовательная нагрузка	15.50-16.15	-
Самостоятельная деятельность	16.15-16.25	15.50-16.15
Совместная деятельность	16.25-16.50	16.15-16.50
Прогулка, уход домой	16.50-19.00	16.50-19.00

**РЕЖИМ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД
2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД
12-часовое пребывание**

Режимные мероприятия	Время	
	Группа «Любознайки» 5-6 лет	Группа «Совята» 6-7 лет
Утренний прием, самостоятельная и совместная деятельность детей	07.00-08.20	07.00-08.20
Утренняя гимнастика	08.20-08.30	08.20-08.30
Завтрак	08.30-09.00	08.30-09.00
Самостоятельная и совместная деятельность	-	09.00-09.35
Образовательная нагрузка	09.00-09.25	09.35-10.05
Самостоятельная и совместная деятельность	09.25-10.20	10.05-10.25
Второй завтрак	10.20-10.40	10.25-10.40
Прогулка, двигательная активность	10.40-12.00	10.40-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10	12.00-12.10
Обед	12.10-12.50	12.10-12.50
Дневной сон	12.50-15.10	12.50-15.10
Пробуждение	15.10-15.30	15.10-15.30
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00
Самостоятельная и совместная деятельность	16.00-16.30	16.00-16.30
Прогулка, уход домой	16.30-19.00	16.30-19.00

*При благоприятной погоде организованная детская деятельность, занятия со специалистами проводятся на улице.

Щадящий режим (после болезни)

Виды деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственный
Приход в детский сад	По возможности 8.00-8.30 с целью продления утреннего сна	родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки во время бега и прыжков на 50%	Воспитатель, муз. руководитель, инструктор по ф/к
Гигиенические, закаливающие процедуры	Температура воды 16-20 градусов, тщательное вытирание рук, лица.	Воспитатель, помощник воспитателя
Во время приема пищи	Первыми садятся за стол, докармливание (ранний, младший возраст)	Воспитатель, помощник воспитателя
Сбор и выход на прогулку	Одевание и выход в последнюю очередь	Воспитатель, помощник воспитателя
Возвращение с прогулки -	Возвращение первыми (под присмотром взрослого); - замена влажной одежды	Воспитатель, помощник воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
Занятия (физкультура и музыка)	Отмена и снижение нагрузки во время бега и прыжков на 50%	Муз. руководитель, инструктор по ф/к
Во время занятий статического характера	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине дня	Воспитатель, специалисты
Дневной сон	Укладывание первыми Пролангированный сон Подъем по мере просыпания	Воспитатель, помощник воспитателя
Совместная деятельность	Учет настроения ребенка, его пожеланий	Воспитатель, специалисты
Самостоятельная деятельность	Предлагать места для игр, удаленные от окон и дверей	Воспитатель
Уход детей домой	По возможности до 18.00	Родители

Режим дня во время карантина: в соответствии с требованиями СанПин СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" и приказом заведующего ДОУ.