

Согласовано:  
Врач ДПО №24  
Карпинская Т.В

Утверждено:  
Заведующий ГБДОУ детского сада №20  
Василеостровского района  
Л.Ю. Сладкова  
Приказ № 43-ОД от 31.08.2026

### РЕЖИМ ДНЯ

в подготовительной группе (6-7 лет)

Тёплый период

| Виды деятельности                                                                                                                             | время         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Взаимодействие с родителями, Утренний прием детей на улице, осмотр, свободные игры, самостоятельная деятельность ребёнка. Утренняя гимнастика | 07.00 - 08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                | 08.30 – 09.00 |
| Совместная деятельность со взрослым. Самостоятельная игровая деятельность, игры, индивидуальная работа                                        | 09.00 - 10.10 |
| Второй завтрак                                                                                                                                | 10.10-10.20   |
| Совместная деятельность со взрослым. Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа.                                               | 10.20-10.30   |
| Занятие ( вторник,среда,четверг)                                                                                                              | 10.30-11.00   |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                               | 11.00-12.20   |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность                                                                                          | 12.20 - 12.25 |
| Подготовка к обеду. Обед                                                                                                                      | 12.25 -12.50  |
| Дневной сон                                                                                                                                   | 12.50- 15.20  |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна.                                                                                                     | 15.20-15.25   |
| Самостоятельная деятельность, Совместная деятельность со взрослым .                                                                           | 15.25-15.55   |
| Занятие (понедельник, пятница)                                                                                                                | 15.25-15.55   |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                                | 15.55-16.10   |
| Совместная деятельность со взрослым, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа                                                | 16.10-16.30   |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой                                                                                             | 16.30-19.00   |

Согласовано:  
Врач ДПО №24  
Карпинская Т.В

Утверждено:  
Заведующий ГБДОУ детского сада №20  
Василеостровского района  
Л.Ю. Сладкова  
Приказ № 43-ОД от 31.08.2026

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в старшей группе (5-6 лет)  
Тёплый период

| Виды деятельности                                                                                                                                | время         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Взаимодействие с родителями, Утренний прием детей на улице, осмотр, свободные игры, самостоятельная деятельность ребёнка.<br>Утренняя гимнастика | 07.00-08.20   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                   | 08.20 – 09.00 |
| Совместная деятельность со взрослым. Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа.                                                  | 09.00 –09.45  |
| Второй завтрак                                                                                                                                   | 09.45 -09.55  |
| Занятие ( вторник,среда,четверг)                                                                                                                 | 09.55- 10.20  |
| Самостоятельная игровая деятельность игры, индивидуальная работа                                                                                 | 10.30- 10.40  |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                                  | 10.40 -12.15  |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность                                                                                             | 12.15- 12-20  |
| Подготовка к обеду .Обед                                                                                                                         | 12.20-12.50   |
| Дневной сон                                                                                                                                      | 12.50-15.25   |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна.                                                                                                        | 15.25-15.30   |
| Самостоятельная деятельность Совместная деятельность со взрослым .                                                                               | 15.30-15.55   |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                                   | 15.55-16.10   |
| Совместная деятельность со взрослым, Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа.                                                  | 16.10-16.30   |
| Занятие ( понедельник, пятница)                                                                                                                  | 16.35-17.00   |
| Подготовка к прогулке,прогулка,уход детей домой( вторник,среда,четверг)                                                                          | 16.30 - 19.00 |
| Подготовка к прогулке,прогулка,уход детей домой( понедельник, пятница)                                                                           | 17.00-19.00   |

Согласовано:  
Врач ДПО №24  
Карпинская Т.В

Утверждено:  
Заведующий ГБДОУ детского сада №20  
Василеостровского района  
Л.Ю. Сладкова  
Приказ № 43 -ОД от 31.08.2026

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в средней группе (4-5 года)  
Тёплый период

| Виды деятельности                                                                                                                                | время         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Взаимодействие с родителями, Утренний прием детей на улице, осмотр, свободные игры, самостоятельная деятельность ребёнка.<br>Утренняя гимнастика | 07.00 - 8.20  |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                   | 08.20 – 09.00 |
| Совместная деятельность со взрослым. Самостоятельная игровая деятельность, игры, индивидуальная работа                                           | 08.50 – 10.05 |
| Занятие ( вторник,среда,четверг)                                                                                                                 | 09.25-09.45   |
| Второй завтрак                                                                                                                                   | 09.55 - 10.05 |
| Подготовка к прогулке , прогулка                                                                                                                 | 10.05 - 12.10 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, спокойные игры                                                                             | 12.10-12.20   |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                         | 12.20- 12.45  |
| Дневной сон                                                                                                                                      | 12.45 - 15.25 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослым .                                    | 15.25-15.35   |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                                   | 15.35-15.55   |
| Совместная деятельность со взрослым, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа.                                                  | 15.55-16.05   |
| Занятие (понедельник,пятница)                                                                                                                    | 16.05-16.25   |
| Подготовка к прогулке , прогулка, уход детей домой                                                                                               | 16.25-19.00   |

Согласовано:  
Врач ДПО №24  
Карпинская Т.В

Утверждено:  
Заведующий ГБДОУ детского сада №20  
Василеостровского района  
Л.Ю. Сладкова  
Приказ № 43-ОД от 31.08.2026

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в группе раннего возраста (1-2лет)  
Тёплый период

| Виды деятельности                                                                                                                                | время        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Взаимодействие с родителями, Утренний прием детей на улице, осмотр, свободные игры, самостоятельная деятельность ребёнка.<br>Утренняя гимнастика | 07.00-08.10  |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                   | 08.10 -08.30 |
| Совместная деятельность со взрослым , игры, индивидуальная работа                                                                                | 08.30 -09.00 |
| Занятие ( понедельник,пятница)                                                                                                                   | 09.00-09.10  |
| Совместная деятельность со взрослым , игры, индивидуальная работа                                                                                | 09.10-09.45  |
| Второй завтрак                                                                                                                                   | 09.45-09.55  |
| Подготовка к прогулке , прогулка                                                                                                                 | 09.55-11.30  |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, спокойные игры                                                                             | 11.30 -11.45 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                         | 11.45-12.05  |
| Дневной сон                                                                                                                                      | 12.05-15.35  |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослым .                                    | 15.35-15.45  |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                                   | 15.45-16.10  |
| Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, совместная деятельность со взрослым                                                   | 16.10-16.30  |
| Подготовка к прогулке ,прогулка, уход детей домой                                                                                                | 16.30-19.00  |

Согласовано:  
Врач ДПО №24  
Карпинская Т.В

Утверждено:  
Заведующий ГБДОУ детского сада №20  
Василеостровского района  
Л.Ю. Сладкова  
Приказ № 43-ОД от 31.08.2026

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в группе раннего возраста (2-3лет)  
Тёплый период

| Виды деятельности                                                                                                                                | время        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Взаимодействие с родителями, Утренний прием детей на улице, осмотр, свободные игры, самостоятельная деятельность ребёнка.<br>Утренняя гимнастика | 07.00-08.10  |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                   | 08.10 -08.30 |
| Совместная деятельность со взрослым, игры, индивидуальная работа                                                                                 | 08.30 -09.00 |
| Занятие ( вторник,среда,четверг)                                                                                                                 | 09.00-09.10  |
| Совместная деятельность со взрослым, игры, индивидуальная работа                                                                                 | 09.10-09.45  |
| Второй завтрак                                                                                                                                   | 09.45-09.55  |
| Подготовка к прогулке , прогулка                                                                                                                 | 09.55-11.35  |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, спокойные игры                                                                             | 11.35 -11.45 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                         | 11.45-12.10  |
| Дневной сон                                                                                                                                      | 12.10-15.40  |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослым .                                    | 15.40-15.50  |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                                   | 15.50 -16.10 |
| Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, совместная деятельность со взрослым.                                                  | 16.10-16.35  |
| Занятие (понедельник,пятница)                                                                                                                    | 16.25-16.35  |
| Подготовка к прогулке ,прогулка, уход детей домой                                                                                                | 16.35-19.00  |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 20 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Сладкова Людмила Юрьевна, Заведующий

21.09.26 10:00 (MSK)

Сертификат 00B1CE4DEBB8F19FEE465D0B991506CD73