

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
/А.С. Лищенко/



**Режим дня в детском саду  
в первой младшей группе «Ладуньки»  
ГБДОУ детский сад № 37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| Режимные моменты                                                                                                                      | Время         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Прием, осмотр детей, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, совместно - самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00 – 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                        | 8.30 – 9.00   |
| Занятия в игровой форме по подгруппам;<br>Игры, совместно - самостоятельная деятельность детей                                        | 9.00 – 10.00  |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак                                                                                        | 10.00 – 10.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 10.25 – 11.40 |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность                                                                      | 11.40 – 11.50 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                              | 11.50 – 12.20 |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                                        | 12.20 – 15.20 |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры                                                                          | 15.20 – 15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                        | 15.30 – 16.00 |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность                                                               | 16.00 – 16.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 16.40 – 18.40 |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность, уход домой                                                          | 18.40 – 19.00 |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
А.С. Лищенко/



**Режим дня в детском саду  
в первой младшей группе «Кроха»  
ГБДОУ детский сад № 37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| Режимные моменты                                                                                                                      | Время         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Прием, осмотр детей, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, совместно - самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00 – 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                        | 8.30 – 9.00   |
| Занятия в игровой форме по подгруппам;<br>Игры, совместно - самостоятельная деятельность детей                                        | 9.00 – 10.00  |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак                                                                                        | 10.00 – 10.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 10.25 – 11.40 |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность                                                                      | 11.40 – 11.50 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                              | 11.50– 12.20  |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                                        | 12.20 – 15.20 |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры                                                                          | 15.20 – 15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                        | 15.30 – 16.00 |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность                                                               | 16.00 – 16.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 16.40 – 18.40 |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность, уход домой                                                          | 18.40 – 19.00 |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
/А.С. Лищенко/



**Режим дня в детском саду  
во второй младшей группе «Мозаика»**

**ГБДОУ детский сад №37  
на 2025– 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| <b>Режимные моменты</b>                                                                                                    | <b>Время</b>  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Прием, осмотр детей, игры, индивидуальная работа.<br>Самостоятельные игры, совместная деятельность.<br>Утренняя гимнастика | 7.00 - 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                             | 8.30 - 9.00   |
| Организованная детская деятельность, занятия со специалистами                                                              | 9.00 - 9.55   |
| Игры, совместно - самостоятельная деятельность детей                                                                       | 9.55 - 10.10  |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак                                                                             | 10.10 - 10.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                            | 10.25 - 11.50 |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность                                                           | 11.50 - 12.00 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                   | 12.00 - 12.30 |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                             | 12.30 - 15.15 |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры                                                               | 15.15 - 15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                             | 15.25 – 15.55 |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность                                                    | 16.00 - 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                            | 17.00 – 18.50 |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность, уход домой                                               | 18.50 – 19.00 |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
/А.С. Лищенко/

**Режим дня в детском саду  
во второй младшей группе «Родник»**  
ГБДОУ детский сад №37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)

| Режимные моменты                                                                                                           | Время         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Прием, осмотр детей, игры, индивидуальная работа.<br>Самостоятельные игры, совместная деятельность.<br>Утренняя гимнастика | 7.00 - 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                             | 8.30 - 9.00   |
| Организованная детская деятельность, занятия со<br>специалистами                                                           | 9.00 - 9.15   |
| Игры, совместно - самостоятельная деятельность детей                                                                       | 9.15 - 10.10  |
| Организованная детская деятельность, занятия со<br>специалистами (пон., вт., ср.)                                          | 09.50-10.05   |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак                                                                             | 10.10 - 10.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                            | 10.25 - 11.50 |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная<br>деятельность                                                        | 11.50 - 12.00 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                   | 12.00 - 12.30 |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                             | 12.30 - 15.15 |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные<br>процедуры                                                            | 15.15 - 15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                             | 15.25 – 15.55 |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная<br>детская деятельность                                                 | 16.00 - 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                            | 17.00 – 18.50 |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная<br>деятельность, уход домой                                            | 18.50 – 19.00 |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ /А.С. Лищенко/



**Режим дня в детском саду  
в средней группе «Радуга»  
ГБДОУ детский сад №37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| <b>Режимные моменты</b>                                                                                                                      | <b>Время</b>         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <b>Прием, осмотр детей, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, совместно - самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика</b> | <b>7.00 - 8.30</b>   |
| <b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>                                                                                                        | <b>8.30 -9.00</b>    |
| <b>Организованная детская деятельность;<br/>Игры, совместно - самостоятельная деятельность детей</b>                                         | <b>9.00 – 10.10</b>  |
| <b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>                                                                                        | <b>10.10-10.25</b>   |
| <b>Подготовка к прогулке, прогулка;</b>                                                                                                      | <b>10.25 - 12.10</b> |
| <b>Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность</b>                                                                      | <b>12.10 - 12.20</b> |
| <b>Подготовка к обеду, обед</b>                                                                                                              | <b>12.20 - 12.50</b> |
| <b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>                                                                                                        | <b>12.50 - 15.20</b> |
| <b>Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры</b>                                                                          | <b>15.20 - 15.30</b> |
| <b>Подготовка к полднику, полдник</b>                                                                                                        | <b>15.30 – 16.00</b> |
| <b>Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность</b>                                                               | <b>16.00 - 17.00</b> |
| <b>Подготовка к прогулке, прогулка</b>                                                                                                       | <b>17.00 – 18.40</b> |
| <b>Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность, уход домой</b>                                                          | <b>18.40 – 19.00</b> |

Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
/А.С. Лищенко/

УТВЕРЖДЕНО

**Режим дня в детском саду  
в средней группе «Сказка»  
ГБДОУ детский сад №37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| <b>Режимные моменты</b>                                                                                                                      | <b>Время</b>         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <b>Прием, осмотр детей, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, совместно - самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика</b> | <b>7.00 - 8.30</b>   |
| <b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>                                                                                                        | <b>8.30 -9.00</b>    |
| <b>Организованная детская деятельность;<br/>Игры, совместно - самостоятельная деятельность детей</b>                                         | <b>9.00 – 10.10</b>  |
| <b>Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак</b>                                                                                        | <b>10.10-10.25</b>   |
| <b>Подготовка к прогулке, прогулка;</b>                                                                                                      | <b>10.25 - 12.10</b> |
| <b>Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность</b>                                                                      | <b>12.10 - 12.20</b> |
| <b>Подготовка к обеду, обед</b>                                                                                                              | <b>12.20 - 12.50</b> |
| <b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>                                                                                                        | <b>12.50 - 15.20</b> |
| <b>Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры</b>                                                                          | <b>15.20 - 15.30</b> |
| <b>Подготовка к полднику, полдник</b>                                                                                                        | <b>15.30 – 16.00</b> |
| <b>Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность</b>                                                               | <b>16.00 - 17.00</b> |
| <b>Подготовка к прогулке, прогулка</b>                                                                                                       | <b>17.00 – 18.40</b> |
| <b>Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность, уход домой</b>                                                          | <b>18.40 – 19.00</b> |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
А.С. Лищенко/



**Режим дня в детском саду  
в старшей группе «Солнышко»  
ГБДОУ детский сад №37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| Режимные моменты                                                                                                                      | Время         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Прием, осмотр детей, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, совместно - самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00 - 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                        | 8.30 - 9.00   |
| Организованная образовательная детская деятельность, занятия со специалистами                                                         | 9.00 – 10.25  |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак                                                                                        | 10.25-10.35   |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 10.35-12.15   |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность;                                                                     | 12.15 – 12.25 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                              | 12.30 - 12.55 |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                                        | 12.55 - 15.25 |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры                                                                          | 15.25 - 15.35 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                        | 15.35 - 16.00 |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность;                                                              | 15.50 - 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 16.50– 18.50  |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность, уход домой                                                          | 18.50 – 19.00 |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
А.С. Лищенко/



**Режим дня в детском саду  
в старшей группе «Кораблик»  
ГБДОУ детский сад №37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| Режимные моменты                                                                                                                      | Время                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| Прием, осмотр детей, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, совместно - самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00 - 8.30              |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                        | 8.30 - 9.00              |
| Организованная образовательная детская деятельность, занятия со специалистами                                                         | 9.00 - 10.00             |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность;                                                              | 10.00-10.20              |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак                                                                                        | 10.20 - 10.30            |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 10.35-12.15              |
| Организованная образовательная детская деятельность (пон.,ср.,чт.)                                                                    | 10.45-11.10; 11.30-11.55 |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность;                                                                     | 12.15 – 12.25            |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                              | 12.30 - 12.55            |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                                        | 12.55 - 15.25            |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры                                                                          | 15.25 - 15.35            |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                        | 15.35 - 16.00            |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность;                                                              | 15.50 - 16.50            |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 16.50– 18.50             |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность, уход домой                                                          | 18.50 – 19.00            |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
/А.С. Лищенко/



**Режим дня в детском саду  
в старшей группе «Теремок»  
ГБДОУ детский сад №37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| Режимные моменты                                                                                                                      | Время         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Прием, осмотр детей, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, совместно - самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00 - 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                        | 8.30 - 9.00   |
| Организованная образовательная детская деятельность, занятия со специалистами                                                         | 9.00 – 10.25  |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак                                                                                        | 10.25-10.35   |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 10.35-11.30   |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность                                                                      | 11.30-11.40   |
| Организованная образовательная детская деятельность, занятия со специалистами                                                         | 11.45-12.10   |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность                                                               | 12.10-12.30   |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                              | 12.30 - 12.55 |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                                        | 12.55 - 15.25 |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры                                                                          | 15.25 - 15.35 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                        | 15.35 - 16.00 |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность                                                               | 15.50 - 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                                       | 16.50– 18.50  |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность, уход домой                                                          | 18.50 – 19.00 |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
А.С. Лищенко/



**Режим дня в детском саду  
в подготовительной группе «Карусель»  
ГБДОУ детский сад №37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| Режимные моменты                                                                                                            | Время                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Прием, осмотр детей, игры, индивидуальная работа.<br>Самостоятельные игры, совместная деятельность. Утренняя гимнастика     | 7.00-8.30                    |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                              | 8.30 - 9.00                  |
| Организованная образовательная детская деятельность,<br>занятия со специалистами.                                           | 9.00 – 10.10                 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак;                                                                             | 10.15 – 10.25                |
| Подготовка к прогулке, прогулка<br>Организованная образовательная детская деятельность,<br>занятия со специалистами (среда) | 10.25 – 11.30<br>10.45-11.15 |
| Возвращение с прогулки                                                                                                      | 11.30-11.40                  |
| Организованная образовательная детская деятельность,<br>занятия со специалистами (пон., чет., пят.)                         | 11.45 - 12.15                |
| Совместно - самостоятельная деятельность                                                                                    | 12.15-12.30                  |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                    | 12.30 - 13.00                |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                              | 13.00 - 15.30                |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры                                                                | 15.30 - 15.40                |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                              | 15.40 – 16.05                |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная<br>детская деятельность                                                  | 16.05 - 16.50                |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                             | 16.50 – 18.50                |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная<br>деятельность, уход домой                                             | 18.50 – 19.00                |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №37  
Приморского района Санкт-Петербурга  
(А.С. Лищенко/



**Режим дня в детском саду  
в подготовительной группе «Капелька»  
ГБДОУ детский сад №37  
на 2025 – 2026 учебный год  
Холодный период года (сентябрь—май)**

| <b>Режимные моменты</b>                                                                                                 | <b>Время</b>                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Прием, осмотр детей, игры, индивидуальная работа.<br>Самостоятельные игры, совместная деятельность. Утренняя гимнастика | 7.00-8.30                    |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                          | 8.30 - 9.00                  |
| Организованная образовательная детская деятельность, занятия со специалистами.                                          | 9.00 – 10.10                 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак;<br>Организованная образовательная детская деятельность (пон., чт.)      | 10.15 – 10.25<br>10.45-11.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                         | 11.15-12.20                  |
| Организованная образовательная детская деятельность, занятия со специалистами (вторник)                                 | 11.45-12.15                  |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность                                                        | 12.20-12.30                  |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                | 12.30 - 13.00                |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                          | 13.00 - 15.30                |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные процедуры                                                            | 15.30 - 15.40                |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                          | 15.40 – 16.05                |
| Игры, совместно - самостоятельная и организованная детская деятельность                                                 | 16.05 - 16.50                |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                         | 16.50 – 18.50                |
| Возвращение с прогулки, совместно - самостоятельная деятельность, уход домой                                            | 18.50 – 19.00                |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849490

Владелец Лищенко Анна Сергеевна

Действителен с 04.09.2025 по 04.09.2026