

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
Протокол № 1
от « 27 » августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНО
Врач ГУЗ «ГП № 78» ДПО № 32
Фрунзенского района СПб
/ С.Г. Бекетова
(подпись/ФИО)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад № 50
Фрунзенского района СПб
Л.И. Дубовик
Приказ № 53-З от « 27 » августа 2026 г.



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №50 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Режим дня на 2026- 2027 учебный год
(холодный период)

Режимный момент	Группы			
	I младшая	средняя	старшая	Подготовительная
Дома				
Подъём, утренний туалет	6.30 - 7.00	6.30 - 7.00	6.30 - 7.00	6.30 - 7.00
В детском саду				
Приём, осмотр, игры	7.00-8.10	7.00 - 8.15	7.00 - 8.15	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20	8.15 - 8.25	8.15 - 8.25	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.20 - 8.30	8.25 - 8.35	8.25 - 8.40	8.30 - 8.40
Завтрак	8.30 - 8.50	8.35 - 8.55	8.40 - 9.00	8.40 - 8.55
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00	8.55 - 9.05	9.00 - 9.05	8.55 - 9.00
Занятия*	9.00 - 9.10 9.20 - 9.30 (по подгруппам)	9.00 - 9.55	9.00 - 10.00	9.00 - 10.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.30-10.30	9.55 - 10.40	10.00 - 10.45	-
Второй завтрак	10.30 - 10.40	10.40 - 10.50	10.45- 10.55	10.50 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 - 11.40	10.50 - 11.50	10.55 - 12.00	11.00 - 12.10

Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.40 – 11.55	11.50 – 12.05	12.00 – 12.15	12.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	11.55 – 12.15	12.05 – 12.30	12.15 – 12.35	12.20 – 12.40
Подготовка к дневному сну, сон	12.15 – 15.15	12.30 – 15.00	12.35 – 15.05	12.40 – 15.10
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушно-водные процедуры	15.15 – 15.30	15.00 – 15.30	15.05 – 15.30	15.10 – 15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.35 – 15.45
Самостоятельная и совместная деятельность, игры	15.50 – 16.30	15.50 – 16.35	15.50 – 16.45	15.45 – 16.45
Занятия**	15.50 -16.00 16.10 -16.20 (по подгруппам)	-	15.50 -16.15	
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.30	16.35 -18.35	16.45 – 18.45	16.45 – 18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30 – 19.00	18.35 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00
Рекомендуемый режим дома				
Возвращение домой, ужин	19.00 -19.30	19.00 -19.30	19.00 -19.30	19.00 -19.30
Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30 – 20.30	19.30 – 20.30	19.30 – 20.30	19.30 – 20.45
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30 – 6.30 (7.30)	20.30 – 6.30 (7.30)	20.30 – 6.30 (7.30)	20.45 – 6.30 (7.30)

*- продолжительность указана с учётом 10 мин. перерыва между занятиями