

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

**ПРИНЯТ**

Решением Педагогического совета  
ГБДОУ «ДОГ «Березка»  
Протокол № 1 от 29.08.2025г.

**УТВЕРЖДЕН**

Приказом заведующего  
от 29.08.2025г. № 16/1-О

*Полякова  
Ирина  
Владимировна*

Подписано цифровой подписью:  
**Полякова Ирина Владимировна**  
Заведующий 29.08.2025г. 17:32 (MSK)  
DN: 1.2.643.3.131.1.1-120C437313930383835363639,  
1.2.643.100.3-120B3130373834333132313435,  
email=berezka@dou-center-spb.ru, c=RU, st=r, Санкт-Петербург,  
o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА "ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

**РЕЖИМ ДНЯ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП  
КОРРЕКЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ  
(холодный период года)  
период: 01.09.2025г. – 31.05.2026г.**

**Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детский сад комбинированного вида  
Центрального района Санкт-Петербурга  
«Детский оздоровительный городок «Березка»**

**Нормативно-правовое регулирование:**

\*СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28

\*СП и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (Зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный № 62296)

\*СанПиН 2.3/2.4 3590-20

Санкт-Петербург  
2025г.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего  
от 29.08.2025г. № 16/1-О

*Полякова  
Ирина  
Владимировна*

Подписано цифровой подписью:  
**Полякова Ирина Владимировна**  
Заведующий 29.08.2025г. 17:32 (MSK)  
DN: 1.2.643.3.131.1.1-120С437313930383835363639,  
1.2.643.100.3-120В3130373834333132313435,  
email=berezka@dou-center-spb.ru, c=RU, st=f, Санкт-Петербург,  
o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА "ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

**РЕЖИМ ДНЯ**

(холодный период года)

Разновозрастная группа № 1 (дети с ЗПР//возраст детей: 3-8 лет)

Режимный момент	Время
Подъём, свободная игра, утренняя гимнастика, утренний туалет.	<b>07.45-08.00</b>
Артикуляционная и пальчиковая гимнастика.	<b>08.00-08.30</b>
<b>Подготовка к завтраку. Завтрак.</b>	<b>08.30-08.50</b>
Занятия (по подгруппам), занятия со специалистами	<b>08.50-10.30</b>
<b>Второй завтрак.</b>	<b>10.30-10.45</b>
Подготовка к прогулке, прогулка.	<b>10.45-12.00</b>
Возвращение с прогулки.	<b>12.15-12.30</b>
Подготовка к обеду, обед.	<b>12.30-12.50</b>
Подготовка ко сну, культурно-гигиенические процедуры, чтение перед сном, дневной сон, постепенный подъем, гимнастика пробуждения и корригирующая гимнастика	<b>12.50-15.00</b>
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.00-15.30</b>
Занятия со специалистами, индивидуальная коррекционная работа по рекомендации специалистов	<b>15.30-16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	<b>16.50-18.20</b>
<b>Подготовка к ужину, ужин</b>	<b>18.20-19.00</b>
Игры, индивидуальная коррекционная работа по рекомендации специалистов.	<b>19.00-20.30</b>
<b>Второй ужин</b>	<b>20.30-20.45</b>
Подготовка ко сну, вечерний туалет, чтение перед сном, ночной сон	<b>20.45-07.45</b>

**Нормативно-правовое регулирование:**

\*СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28

\*СП и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (Зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный № 62296)

\*СанПиН 2.3/2.4 3590-20

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего  
от 29.08.2025г. № 16/1-О

*Полякова  
Ирина  
Владимировна*

Подписано цифровой подписью:  
**Полякова Ирина Владимировна**  
Заведующий 29.08.2025г. 17:32 (MSK)  
DN: 1.2.643.3.131.1.1-120С437313930383835363639,  
1.2.643.100.3-120В3130373834333132313435,  
email=berezka@dou-center-spb.ru, c=RU, st=r, Санкт-Петербург,  
o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА "ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

**РЕЖИМ ДНЯ**

(холодный период года)

Разновозрастная группа № 2 (дети с УО//возраст детей: 3-8 лет)

Режимный момент	Время
Подъём, свободная игра, утренняя гимнастика, утренний туалет.	<b>07.45-08.00</b>
Артикуляционная и пальчиковая гимнастика.	<b>08.00-08.30</b>
<b>Подготовка к завтраку. Завтрак.</b>	<b>08.30-08.50</b>
Занятия (по подгруппам), занятия со специалистами	<b>08.50-10.30</b>
<b>Второй завтрак.</b>	<b>10.30-10.45</b>
Подготовка к прогулке, прогулка.	<b>10.45-12.00</b>
Возвращение с прогулки.	<b>12.15-12.30</b>
Подготовка к обеду, обед.	<b>12.30-12.50</b>
Подготовка ко сну, культурно-гигиенические процедуры, чтение перед сном, дневной сон, постепенный подъем, гимнастика пробуждения и корригирующая гимнастика	<b>12.50-15.00</b>
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.00-15.30</b>
Занятия со специалистами, индивидуальная коррекционная работа по рекомендации специалистов	<b>15.30-16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	<b>16.50-18.20</b>
<b>Подготовка к ужину, ужин</b>	<b>18.20-19.00</b>
Игры, индивидуальная коррекционная работа по рекомендации специалистов.	<b>19.00-20.30</b>
<b>Второй ужин</b>	<b>20.30-20.45</b>
Подготовка ко сну, вечерний туалет, чтение перед сном, ночной сон	<b>20.45-07.45</b>

**Нормативно-правовое регулирование:**

\*СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28

\*СП и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (Зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный № 62296)

\*СанПиН 2.3/2.4 3590-20

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего  
от 29.08.2025г. № 16/1-О

*Полякова  
Ирина  
Владимировна*

Подписано цифровой подписью:  
**Полякова Ирина Владимировна**  
Заведующий 29.08.2025г. 17:32 (MSK)  
DN: 1.2.643.3.131.1.1-120С437313930383835363639,  
1.2.643.100.3-120В3130373834333132313435,  
email=bereska@dou-center-spb.ru, c=RU, st=r, Санкт-Петербург,  
o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА "ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

**РЕЖИМ ДНЯ**

(холодный период года)

Разновозрастная группа № 3 (дети со СД//возраст детей: 3-8 лет)

Режимный момент	Время
Подъём, свободная игра, утренняя гимнастика, утренний туалет.	<b>07.45-08.00</b>
Артикуляционная и пальчиковая гимнастика.	<b>08.00-08.30</b>
<b>Подготовка к завтраку. Завтрак.</b>	<b>08.30-08.50</b>
Занятия (по подгруппам), занятия со специалистами	<b>08.50-10.30</b>
<b>Второй завтрак.</b>	<b>10.30-10.45</b>
Подготовка к прогулке, прогулка.	<b>10.45-12.00</b>
Возвращение с прогулки.	<b>12.15-12.30</b>
Подготовка к обеду, обед.	<b>12.30-12.50</b>
Подготовка ко сну, культурно-гигиенические процедуры, чтение перед сном, дневной сон, постепенный подъем, гимнастика пробуждения и корригирующая гимнастика	<b>12.50-15.00</b>
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.00-15.30</b>
Занятия со специалистами, индивидуальная коррекционная работа по рекомендации специалистов	<b>15.30-16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	<b>16.50-18.20</b>
<b>Подготовка к ужину, ужин</b>	<b>18.20-19.00</b>
Игры, индивидуальная коррекционная работа по рекомендации специалистов.	<b>19.00-20.30</b>
<b>Второй ужин</b>	<b>20.30-20.45</b>
Подготовка ко сну, вечерний туалет, чтение перед сном, ночной сон	<b>20.45-07.45</b>

**Нормативно-правовое регулирование:**

\*СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28

\*СП и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (Зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный № 62296)

\*СанПиН 2.3/2.4 3590-20

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего  
от 29.08.2025г. № 16/1-О

*Полякова  
Ирина  
Владимировна*

Подписано цифровой подписью:  
**Полякова Ирина Владимировна**  
Заведующий 29.08.2025г. 17:32 (MSK)  
DN: 1.2.643.3.131.1.1-120С437313930383835363639,  
1.2.643.100.3-120В3130373834333132313435,  
email=berezka@dou-center-spb.ru, c=RU, st=f, Санкт-Петербург,  
o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА "ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

**РЕЖИМ ДНЯ**

(холодный период года)

Разновозрастная группа № 4 (дети с УО//возраст детей: 3-8 лет)

Режимный момент	Время
Подъём, свободная игра, утренняя гимнастика, утренний туалет.	<b>07.45-08.00</b>
Артикуляционная и пальчиковая гимнастика.	<b>08.00-08.30</b>
<b>Подготовка к завтраку. Завтрак.</b>	<b>08.30-08.50</b>
Занятия (по подгруппам), занятия со специалистами	<b>08.50-10.30</b>
<b>Второй завтрак.</b>	<b>10.30-10.45</b>
Подготовка к прогулке, прогулка.	<b>10.45-12.00</b>
Возвращение с прогулки.	<b>12.15-12.30</b>
Подготовка к обеду, обед.	<b>12.30-12.50</b>
Подготовка ко сну, культурно-гигиенические процедуры, чтение перед сном, дневной сон, постепенный подъем, гимнастика пробуждения и корригирующая гимнастика	<b>12.50-15.00</b>
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.00-15.30</b>
Занятия со специалистами, индивидуальная коррекционная работа по рекомендации специалистов	<b>15.30-16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	<b>16.50-18.20</b>
<b>Подготовка к ужину, ужин</b>	<b>18.20-19.00</b>
Игры, индивидуальная коррекционная работа по рекомендации специалистов.	<b>19.00-20.30</b>
<b>Второй ужин</b>	<b>20.30-20.45</b>
Подготовка ко сну, вечерний туалет, чтение перед сном, ночной сон	<b>20.45-07.45</b>

**Нормативно-правовое регулирование:**

\*СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28

\*СП и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (Зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный № 62296)

\*СанПиН 2.3/2.4 3590-20

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего  
от 29.08.2025г. № 16/1-О

*Полякова  
Ирина  
Владимировна*

Подписано цифровой подписью:  
Полякова Ирина Владимировна  
Заведующий 29.08.2025г. 17:32 (MSK)  
DN: 1.2.643.3.131.1.1-120C3437313930383835363639,  
1.2.643.100.3-120B3130373834333132313435,  
email=berezka@dou-center-spb.ru, c=RU, st=f, Санкт-Петербург,  
o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА "ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

**РЕЖИМ ДНЯ**  
(холодный период года)  
Разновозрастная группа № 5 (возраст детей: 3-4 лет)

Режимный момент	Время
Подъём, свободная игра, утренняя гимнастика, утренний туалет.	07.45-08.10
Подготовка к завтраку. Завтрак.	08.10-08.40
<b>Утренний круг</b>	<b>08.40-09.00</b>
Игры, занятия, занятия со специалистами	09.10-10.00
Второй завтрак.	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.10-12.00
Возвращение с прогулки, игры, занятия	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.20-13.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон, постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	13.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50
Игры, занятия, занятия со специалистами	15.50-16.50
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.50-17.00</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17.00-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20-19.00
Игры, совместная деятельность с детьми	19.00-20.30
Второй ужин	20.30-20.45
Подготовка ко сну, вечерний туалет, чтение перед сном, ночной сон	20.45-07.45

**Нормативно-правовое регулирование:**

\*СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28

\*СП и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (Зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный № 62296)

\*СанПиН 2.3/2.4 3590-20

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего  
от 29.08.2025г. № 16/1-О

*Полякова  
Ирина  
Владимировна*

Подписано цифровой подписью:  
Полякова Ирина Владимировна  
Заведующий 29.08.2025г. 17:32 (MSK)  
DN: 1.2.643.3.131.1.1-120C3437313930383835363639,  
1.2.643.100.3-120B3130373834333132313435,  
email=berezka@dou-center-spb.ru, c=RU, st=r, Санкт-Петербург,  
o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА "ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

РЕЖИМ ДНЯ  
(холодный период года)

Разновозрастная группа № 6 (возраст детей: 4-5 лет)

Режимный момент	Время
Подъём, свободная игра, утренняя гимнастика, утренний туалет.	07.45-08.00
Подготовка к завтраку. Завтрак.	08.00-08.30
<b>Утренний круг</b>	08.30-08.50
Игры, занятия, занятия со специалистами	08.50-10.00
Второй завтрак.	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.10-12.00
Возвращение с прогулки, игры, занятия	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.30-13.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон, постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	13.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50
Игры, занятия, занятия со специалистами	15.50-16.50
<b>Вечерний круг</b>	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17.00-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20-19.00
Игры, совместная деятельность с детьми	19.00-20.30
Второй ужин	20.30-20.45
Подготовка ко сну, вечерний туалет, чтение перед сном, ночной сон	20.45-07.45

**Нормативно-правовое регулирование:**

\*СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28

\*СП и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (Зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный № 62296)

\*СанПиН 2.3/2.4 3590-20

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего  
от 29.08.2025г. № 16/1-О

*Полякова  
Ирина  
Владимировна*

Подписано цифровой подписью:  
Полякова Ирина Владимировна  
Заведующий 29.08.2025г. 17:32 (MSK)  
DN: 1.2.643.3.131.1.1-120C3437313930383835363639,  
1.2.643.100.3-120B3130373834333132313435,  
email=berezka@dou-center-spb.ru, c=RU, st=f, Санкт-Петербург,  
o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА "ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ГОРОДОК «БЕРЕЗКА»

**РЕЖИМ ДНЯ**  
(холодный период года)

Разновозрастная группа № 7 (возраст детей: 5-7 лет)

Режимный момент	Время
Подъём, свободная игра, утренняя гимнастика, утренний туалет.	07.45-08.00
Подготовка к завтраку. Завтрак.	08.00-08.20
<b>Утренний круг</b>	08.20-08.40
Игры, занятия, занятия со специалистами	08.40-10.20
Второй завтрак.	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.30-12.10
Возвращение с прогулки, игры, занятия	12.10-12.30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.30-13.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон, постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	13.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50
Игры, занятия, занятия со специалистами	15.50-16.50
<b>Вечерний круг</b>	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17.00-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20-19.00
Игры, совместная деятельность с детьми	19.00-20.30
Второй ужин	20.30-20.45
Подготовка ко сну, вечерний туалет, чтение перед сном, ночной сон	20.45-07.45

**Нормативно-правовое регулирование:**

\*СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28

\*СП и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (Зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный № 62296)

\*СанПиН 2.3/2.4 3590-20