



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 111

Невского района Санкт-Петербурга

(ГБДОУ детский сад №111 Невского района Санкт-Петербурга)

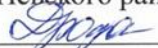
Искровский пр., д.17, корпус 2, литер А, Санкт-Петербург, 193168

Телефон/факс: (812)587-53-09 E-mail: gdou111nevskuy@mail.ru

СОГЛАСОВАНО:

Врач поликлиники № 62

Невского района Санкт-Петербурга

 Н.Л. Дрофа

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детского сада № 111

Невского района Санкт-Петербурга

 Н.И. Дударева

Приказ № 64 ОД от «29» августа 2025г.



РЕЖИМ НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

Санкт-Петербург,
2025 год

Пояснительная записка

Режим дня разработан на основании постановления Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Ежедневная организация жизни и деятельности детей в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников и социального заказа родителей, предусматривает личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности.

Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основные принципы построения режима дня:

1. Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
2. Соответствие построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника.
3. Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

При осуществлении режимных моментов в холодный период года, необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т.д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим ДОУ, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность. Режим дня на летнее время составляется так, чтобы обеспечить максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

Режим дня на холодный период года

№	Режимные моменты	Ранний возраст (с 1 до 3 лет)	Младший дошкольный возраст (с 3 до 4 лет)	Средний дошкольный возраст (с 4 до 5 лет)	Старший дошкольный возраст (с 5 до 6 лет)	Старший дошкольный возраст (с 6 до 8 лет)
1	Прием, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.20
2	Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.20-8.30	8.20-8.30
3	Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.45	8.10-8.45	8.10-8.45	8.30-8.50	8.30-8.50
4	Игры, самостоятельная деятельность детей, утренний круг	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
5	Совместная деятельность детей со взрослым	9.00-9.30 ¹	9.00-10.00 ¹	9.00-10.00 ¹	9.00-10.40 ¹	9.00-10.40 ¹
6	Второй завтрак	9.30-9.45	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
7	Подготовка к прогулке	9.50-10.00	10.10-10.20	10.10-10.20	10.50	10.50
8	<i>Прогулка</i>	9.45-11.05 (1 ч 20)	10.25-11.40 (1 ч)	10.25-11.40 (1 ч)	10.50-12.10 ² (1 ч 20 мин)	10.50-12.10 ² (1 ч 20 мин)
9	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.05-11.25	11.40-12.00	11.40-12.00	12.10-12.25	12.10-12.25
10	Подготовка к обеду, обед	11.25-11.45	12.00-12.25	12.00-12.25	12.25-12.45	12.25-12.45
11	<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	11.45-15.10 (3 ч 25 м)	12.25-15.10 (2 ч 45 м)	12.25-15.10 (2 ч 45 м)	12.45-15.15 (2 ч 30 мин)	12.45-15.15 (2 ч 30 мин)
12	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10-15.35	15.10-15.25	15.10-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25
13	Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.55	15.25-15.50	15.25-15.50	15.20-15.40	15.20-15.40
14	Совместная деятельность детей со взрослым	15.55-16.20 ²	-	-	15.50-16.20 ¹	15.50-16.20 ¹
16	<i>Игры, самостоятельная деятельность детей или занятие</i>	16.20-16.30	15.50-16.20	15.50-16.20	16.20-16.40	16.20-16.40
17	<i>Подготовка к прогулке, прогулка</i>	16.30-19.00 (2 ч 30 м)	16.20-19.00 (2 ч 40 м)	16.20-19.00 (2 ч 40 м)	16.40-19.00 (2 ч 20 м)	16.40-19.00 (2 ч 20 м)

¹ Уточняется по расписанию занятий

² Может меняться, в зависимости от расписания занятий

Режим дня группы раннего возраста на адаптационный период

Первые 5 дней ребенок находится в детском саду до 10.00 (если ребенок успешно адаптируется, то можно оставлять до 12.00)

Вторая неделя до 12.00 (если ребенок успешно адаптируется, то можно оставлять на дневной сон)

Третья неделя до 16.00

Вид деятельности:	Время
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ:	
Приём детей, осмотр, измерение температуры	8.00-8.10
Гигиенические процедуры, завтрак	8.10 – 8.50
Адаптационные игры с воспитателем ,индивидуальная работа с детьми	8.50 - 9.30
Гигиенические процедуры, второй завтрак	9.30 -9.45
Адаптационные игры с воспитателем, чтение художественной литературы	9.45-.11.05
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.05 - 11.25
Обед	11.25-11.45
Чтение художественной литературы	11.45 -12.00
По мере привыкания детей к группе (конец 2-ой недели, начало 3)	9.45 – 11.05
Подготовка к прогулке, прогулка	
По мере привыкания детей к группе	
Подготовка ко сну, дневной сон	11.45 – 15.10
Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, подготовка к полднику	15.10-15.35
Полдник	15.35- 16.00
Уход детей домой	16.00
Когда ребенок адаптируется к группе, он переводится на основной режим группы	