Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 109

Центрального района

Санкт- Петербурга

Принят

Педагогическим Советом

Протокол № 1 от 31.08.2026г.

С учетом мнения Совета родителей

Согласовано с мед. сестрой

_____/ /

Утвержден

Приказом № от 31.08.2026 года.

Заведующий ГБДОУ № 109

Егорова Ирина Борисовна

Подписано цифровой подписью: Егорова Ирина Борисовна
DN: c=RU, st=г. Санкт-Петербург, l=Санкт-Петербург, title=Заведующий, o="ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 109 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, 1.2.643.100.3=120B3032313038323530373933, 1.2.643.3.131.1.1=120C373831343135353830343439, email=109@dou-center.spb.ru, givenName=Ирина Борисовна, sn=Егорова, cn=Егорова Ирина Борисовна
Дата: 2026.09.11 15:12:33 +03'00'

/ Егорова И. Б./

РЕЖИМ ДНЯ

Холодный период

Второй группа раннего возраста

2026-2027 учебный год

Прием детей, самостоятельная деятельность	07:00 - 08:10
Утренняя гимнастика	08:10 - 08:20
Подготовка к завтраку, завтрак	08:20 - 08:50
Совместные игры	08:50 - 09:30
Занятия по подгруппам	09:30 - 09:50
Второй завтрак	09:50 - 10:00
Подготовка к прогулке, прогулка	10:00 - 11:30
Подготовка к обеду, обед	11:30 - 11:50
Подготовка ко сну	11:50 - 12:00
Дневной сон	12:00 - 15:00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15:00 - 15:15
Полдник	15:15 - 15:30
Совместные игры, самостоятельная деятельность	15:30 - 16:30
Подготовка к прогулке, прогулка	16:30 - 19:00



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 109

Центрального района

Санкт- Петербурга

Принято

Педагогическим Советом

Протокол № 1 от 31.08.2026г.

С учетом мнения Совета родителей

Согласовано с мед. сестрой

_____/ _____/

Утверждено:

Приказ №___ от 01.09.2025г.

Заведующий ГБДОУ № 109

_____

/ Егорова И. Б./

РЕЖИМ ДНЯ

Холодный период

Младшая группа

2026-2027 учебный год

Прием детей, самостоятельная деятельность	07:00 - 08:10
Утренняя гимнастика	08:10 - 08:20
Подготовка к завтраку, завтрак	08:20 - 08:50
Совместные игры, занятия по подгруппам	08:50 - 10:00
Второй завтрак	10:20 - 10:30
Подготовка к прогулке, прогулка	10:40 - 11:50
Подготовка к обеду, обед	11:50 - 12:20
Подготовка ко сну	12:20 - 12:30
Дневной сон	12:30 - 15:00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15:00 - 15:15
Полдник	15:15 - 15:30
Совместные игры, индивидуальная работа	15:30 - 16:30
Подготовка к прогулке, прогулка	16:30 - 19:00



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 109

Центрального района

Санкт- Петербурга

Принято

Педагогическим Советом

Протокол № 1 от 31.08.2026г.

С учетом мнения Совета родителей

Согласовано с мед. сестрой

_____/ /

Утверждено:

Приказ №____ 31.08.2026г.

Заведующий ГБДОУ № 109

_____

/ Егорова И. Б./

РЕЖИМ ДНЯ

Холодный период

Подготовительная группа комбинированного вида

2026-2027 учебный год

Прием детей, совместные игры, индивидуальная работа	07:00 - 08:00
Утренняя гимнастика	08:00 - 08:10
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08:10 - 08:40
Утренний круг	08:40 - 09:00
Совместные игры, занятия по подгруппам, индивидуальные занятия с логопедом	09:00 - 11:20
Второй завтрак	10:30 - 10:40
Подготовка к прогулке, прогулка	11:20 - 12:30
Возвращение с прогулки, игры	12:30 – 12:50
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12:50 - 13:20
Подготовка ко сну, сон	13:20 - 15:10
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15:10 - 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 - 15:50
Совместные игры, индивидуальная работа	15:50 - 16:50
Вечерний круг	16:50 – 17:00
Подготовка к прогулке, прогулка	17:00 - 19:00



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 109

Центрального района

Санкт- Петербурга

Принят

Педагогическим Советом

Протокол № 1 от 30.08.2026г.

С учетом мнения Совета родителей

Согласовано с мед. сестрой

_____/ /

Утвержден

Приказом №__ от 31.08.2026г.

Заведующий ГБДОУ № 109

_____

/ Егорова И. Б./

РЕЖИМ ДНЯ

Холодный период

Средняя группа комбинированного вида

2026-2027 учебный год

Прием детей, совместные игры, индивидуальная работа	07:00 - 08:00
Утренняя гимнастика	08:00 - 08:10
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08:10- 08:40
Утренний круг	08:40 - 09:00
Совместные игры, занятия по подгруппам, индивидуальные занятия с логопедом	09:00 - 10:25
Второй завтрак	10:25 - 10:35
Подготовка к прогулке, прогулка	10:35 - 12:10
Возвращение с прогулки, совместные игры	12:10 – 12:30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12:30 - 13:10
Подготовка ко сну, сон	13:10 - 15:10
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15:10 - 15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30 - 15:50
Совместные игры, индивидуальная работа, занятия	15:50 - 16:50
Вечерний круг	16:50 – 17:00
Подготовка к прогулке, прогулка	17:00 - 19:00



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 109

Центрального района

Санкт- Петербурга

Принят	Утвержден
Педагогическим Советом	Приказом №___ от 31.08.2026.
Протокол № 1 от 31.08.2026г.	Заведующий ГБДОУ № 109
С учетом мнения Совета родителей	
Согласовано с мед. сестрой	_____
_____/ /	/ Егорова И. Б./

АДАПТАЦИОННЫЙ РЕЖИМ

(для вновь поступающих детей)

2026-2027 учебный год

1. **Уменьшение длительности дневного пребывания воспитанников. Длительность пребывания увеличивать постепенно, по мере привыкания детей.**
2. **В случае изменения самочувствия, поведения ребенка дома следует сообщить об этом воспитателю, при необходимости и возможности организовать ребенку выходной.**
3. **Снижение нагрузки организованной совместной деятельности.**
4. **Информирование родителей воспитанников об адаптации ребенка к условиям пребывания в дошкольном учреждении.**
5. **Проведение контроля за состоянием здоровья ребенка, адаптацией возлагается на врача, медицинскую сестру и персонал группы.**
6. **Постепенный переход к типовому режиму.**



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 109

Центрального района

Санкт- Петербурга

Принят	Утвержден
Педагогическим Советом	Приказом №__ от 31.08.2026г.
Протокол № 1 от 31.08.2026г.	Заведующий ГБДОУ № 109
С учетом мнения Совета родителей	
Согласовано с мед. сестрой	_____
_____/ /	/ Егорова И. Б./

ВАРИАТИВНЫЙ РЕЖИМ

2026-2027 учебный год

(погода, не соответствующая требованиям СанПин)

1. Сокращение продолжительности прогулки, отказ в ее проведении на основании случаев, указанных в требования к приему детей в дошкольные образовательные организации, режима дня, организации воспитательно-образовательного процесса.
   Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.
2. Организация проведения подвижных игр, совместной деятельности воспитателя с детьми, самостоятельной деятельности детей во время отведенной прогулки, согласно режиму дня в каждой возрастной группе.
3. Организация совместных режимных моментов соответственно типовому режиму возрастной группы.



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 109

Центрального района

Санкт- Петербурга

Принят

Педагогическим Советом

Протокол № 1 от 31.08.2026г.

С учетом мнения Совета родителей

Согласовано с мед. сестрой

_____/

Утвержден

Приказом №___ от 31.08.2026г.

Заведующий ГБДОУ № 109

_____

/ Егорова И. Б./

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

(для детей, поступающих в детский сад после болезни)

2026-2027 учебный год

1. Уменьшение длительности дневного пребывания.
2. Снижение физической нагрузки на НОД по физической культуре, музыке в течение 2-х недель после болезни.
3. Скорректировать нагрузку- уменьшить продолжительность пребывания ребенка в организованной образовательной деятельности, требующей большого умственного напряжения.
4. Одежда ребенка должна соответствовать температуре воздуха в здании и на улице.
5. Индивидуальный подход к ребенку во время сбора на прогулку и возвращения с нее (одевать последнего, раздевать первого).
6. График приема пищи соответственно типовому режиму возрастной группы.
7. Увеличение продолжительности сна ребенка- первым укладывать, последним поднимать.
8. Информирование родителей о восстановительном периоде ребенка в течение 2- х недель.
9. Дополнительные рекомендации специалистов (врач. Медицинская сестра).
10. Контроль за состоянием ребенка возлагается на врача, медицинскую сестру, персонал группы.

