

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55


(Л.С. Тихонова)

Режим дня на адаптационный период
Группа раннего возраста (1 -1,5 лет)
«Ромашки»

Первые 5 дней ребенок находится в детском саду до 10:00 (если ребенок успешно адаптируется, то можно оставить до 12:00)

Вторая неделя до 12:00 (если ребенок хорошо адаптируется, то можно оставить на дневной сон)

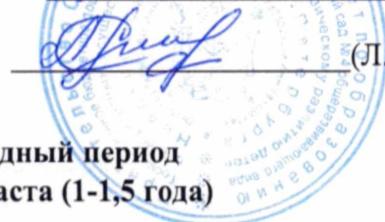
Третья неделя до 16:30

Режимные Моменты	Время
Прием детей, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика	7.00 - 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 - 8.40
Адаптационные игры, индивидуальная работа с детьми	8.40 - 9.30
Второй завтрак	9.30- 9.40
Адаптационные игры, чтение художественной литературы <i>По мере привыкания детей к группе(конец 2-ой недели начало 3)</i>	9.40– 11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20 – 12.00
Подготовка ко сну, дневной сон <i>По мере привыкания детей к группе</i>	12.00 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры.	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Адаптационные игры, индивидуальная работа с детьми	16.00 – 17.00
Уход детей домой	16.00 – 17.00

Когда ребенок адаптируется к группе, он переводиться на основной режим группы

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55



(Л.С. Тихонова)

**Режим дня на холодный период
Группа раннего возраста (1-1,5 года)
«Ромашки»**

Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные Моменты	Время
Прием детей, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика	7.00–8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.40
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.40–9.10
Игры, самостоятельная деятельность/образовательная деятельность в игровой форме по подгруппам длительность 5 минут.	9.10-9.15 9.25-9.30
Второй завтрак	9.30- 9.40
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	9.40 -11.00
Возвращение с прогулки, игры	11.00 - 11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.30
Полдник	15.30 -16.00
Игры, самостоятельная деятельность/образовательная деятельность в игровой форме по подгруппам, длительность 5 минут	16.00-16.05 16.15-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.30-19.00

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55



(Л.С. Тихонова)

**Режим дня на адаптационный период
Группа раннего возраста (1,5 - 2 года)
«Веселая семейка»**

Первые 5 дней ребенок находится в детском саду до 10:00 (если ребенок успешно адаптируется, то можно оставить до 12:00)

Вторая неделя до 12:00 (если ребенок хорошо адаптируется, то можно оставить на дневной сон)

Третья неделя до 16:30

Режимные Моменты	Время
Прием детей, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика	7.00 - 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 - 8.40
Адаптационные игры, индивидуальная работа с детьми	8.40 - 9.40
Второй завтрак	9.40 - 10.00
Адаптационные игры, чтение художественной литературы <i>По мере привыкания детей к группе(конец 2-ой недели начало 3)</i>	10.00 -11.25
Подготовка к обеду, обед	11.25 -12.00
Подготовка ко сну, дневной сон <i>По мере привыкания детей к группе</i>	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.40
Полдник	15.40 -16.10
Уход детей домой	16.10-16.30

Когда ребенок адаптируется к группе, он переводиться на основной режим группы

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 10.08.2025 № 55



(Л.С. Тихонова)

**Режим дня на холодный период
Группа раннего возраста (1,5 - 2 года)
«Веселая семейка»**

Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные Моменты	Время
Прием детей, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика	7.00–8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.40
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.40–9.10
Образовательная деятельность в игровой форме по подгруппам	9.10-9.20 9.30-9.40
Второй завтрак	9.40- 10.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.00 -11.10
Возвращение с прогулки, игры	11.10 - 11.25
Подготовка к обеду, обед	11.25-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.40
Полдник	15.40 -16.10
Игры, самостоятельная деятельность/образовательная деятельность в игровой форме по подгруппам	16.10-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.30-19.00

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2028 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2028 № 35


(Л.С. Тихонова)

**Режим дня на адаптационный период
Группа раннего возраста (2-3 года)
«Затейники»**

*Первые 5 дней ребенок находится в детском саду до 10:00 (если ребенок успешно адаптируется, то можно оставить до 12:00)
Вторая неделя до 12:00 (если ребенок хорошо адаптируется, то можно оставить на дневной сон)
Третья неделя до 16:30*

Режимные Моменты	Время
Прием детей, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика	7.00–8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.45
Адаптационные игры, индивидуальная работа с детьми	8.45–9.40
Второй завтрак	9.40- 9.50
Адаптационные игры, чтение художественной литературы <i>По мере привыкания детей к группе(конец 2-ой недели начало 3)</i>	9.50-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон <i>По мере привыкания детей к группе</i>	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.40
Полдник	15.40 -16.10
Уход детей домой	16.10-16.30

Когда ребенок адаптируется к группе, он переводиться на основной режим группы

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 20.08.2025 № 55


(Л.С. Тихонова)

Режим дня
Группа раннего возраста (2-3 года)
«Затейники»

Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные Моменты	Время
Прием детей, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика	7.00–8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.45
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.45–9.10
Образовательная деятельность в игровой форме по подгруппам	9.10-9.20 9.30-9.40
Второй завтрак	9.40- 9.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.10
Возвращение с прогулки, игры	11.10 -11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.40
Полдник	15.40 -16.10
Игры, самостоятельная деятельность/образовательная деятельность в игровой форме по подгруппам	16.10-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.30-19.00

Принят

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден

Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55

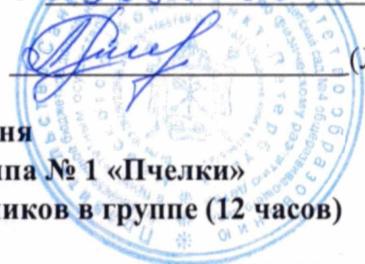
(Л.С. Тихонова)

Режим дня
Подготовительная группа № 2 «Смешарики»
Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные Моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), игры, совместная и самостоятельная деятельность, общение (беседы, разговоры, ситуации общения). Индивидуальная работа	7.00 - 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.00
Образовательная деятельность (включая перерывы между ОД, не менее 10 минут, гимнастику в процессе ОД -2 минуты)	9.00-11.10
Второй завтрак	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.10 - 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 -15.20
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.20-15.35
Полдник	15.35-16.00
Игры, общение, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение литературных произведений. Досуги и развлечения.	16.00-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, уход детей домой.	16.45 -19.00

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55



(Л.С. Тихонова)

Режим дня
Подготовительная группа № 1 «Пчелки»
Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные Моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), игры, совместная и самостоятельная деятельность, общение (беседы, разговоры, ситуации общения). Индивидуальная работа	7.00 - 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.50– 9.00
Образовательная деятельность (включая перерывы между ОД, не менее 10 минут, гимнастику в процессе ОД -2 минуты)	9.00-11.10
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.10 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.20-15.35
Полдник	15.35-16.00
Игры, общение, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение литературных произведений. Досуги и развлечения.	16.00-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, уход детей домой.	17.10 -19.00

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55



(Л.С. Тихонова)

Режим дня на холодный период
Старшая группа № 2 «Осьминожки»

Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), игры, совместная и самостоятельная деятельность, общение (беседы, разговоры, ситуации общения). Индивидуальная работа	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.50- 9.00.
Образовательная деятельность (включая перерывы между ОД, не менее 10 минут, гимнастику в процессе ОД -2 минуты)	9.00 - 10.35
Второй завтрак	10.35-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.45 -12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 -12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.10-15.30
Полдник	15.30-15.50
Образовательная деятельность	15.50 – 16.15
Игры, общение, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение литературных произведений. Досуги и развлечения.	16.15 -16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, уход детей домой	16.50-19.00

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55



(Л.С. Тихонова)

**Режим дня на холодный период
Старшая группа № 1 «Непоседы»**

Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), игры, совместная и самостоятельная деятельность, общение (беседы, разговоры, ситуации общения). Индивидуальная работа	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.50- 9.00
Образовательная деятельность (включая перерывы между ОД, не менее 10 минут, гимнастику в процессе ОД -2 минуты)	9.00 - 10.35
Второй завтрак	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.35-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 -12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.10-15.30
Полдник	15.30-15.50
Образовательная деятельность	15.50-16.15
Игры, общение, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение литературных произведений. Досуги и развлечения.	16.15-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, уход детей домой	17.00-19.00

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55



(Л.С. Тихонова)

**Режим дня на холодный период
Средняя группа № 2 «Почемучки»**

Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), игры, совместная и самостоятельная деятельность, общение (беседы, разговоры, ситуации общения). Индивидуальная работа	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.40
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.40 – 9.00
Образовательная деятельность (включая перерывы между ОД, не менее 10 минут, гимнастику в процессе ОД -2 минуты)	9.00 -10.00
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 -12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.10-15.25
Полдник	15.25 -15.50
Игры, общение, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение литературных произведений. Досуги и развлечения.	15.50 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 -18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.40-19.00

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55
(Л.С. Тихонова)

Режим дня на холодный период
Средняя группа № 1 «Радуга»

Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), игры, совместная и самостоятельная деятельность, общение (беседы, разговоры, ситуации общения). Индивидуальная работа	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.40
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.40 – 9.00
Образовательная деятельность (включая перерывы между ОД, не менее 10 минут, гимнастику в процессе ОД -2 минуты)	9.00-9.55
Второй завтрак	10.00-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00 -12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.10-15.25
Полдник	15.25 -15.50
Игры, общение, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение литературных произведений. Досуги и развлечения.	15.50 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 -18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.40-19.00

Принят

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден

Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55



(Л.С. Тихонова)

**Режим дня на холодный период
Младшая группа № 2**

Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные Моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), игры, совместная и самостоятельная деятельность, общение (беседы, разговоры, ситуации общения). Индивидуальная работа	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20- 8.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	8.40 – 9.00
Образовательная деятельность (включая перерывы между ОД, не менее 10 минут, гимнастику в процессе ОД -2 минуты)	9.00 – 10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00- 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.20
Полдник	15.25-15.50
Игры, общение, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение литературных произведений. Досуги и развлечения.	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50-18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.40-19.00

Принят
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утвержден
Приказом и.о. заведующего
ГБДОУ детского сада № 4
Невского района Санкт-Петербурга
От 29.08.2025 № 55



(Л.С. Тихонова)

Режим дня на холодный период
Младшая группа № 1

Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов)

Режимные Моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), игры, совместная и самостоятельная деятельность, общение (беседы, разговоры, ситуации общения). Индивидуальная работа	7.00 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20- 8.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	8.40 – 9.00
Образовательная деятельность (включая перерывы между ОД, не менее 10 минут, гимнастику в процессе ОД -2 минуты)	9.00 – 10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00- 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.20
Полдник	15.25-15.50
Игры, общение, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение литературных произведений. Досуги и развлечения.	15.50-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.40-19.00