Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 29.08.2025г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 29.08.2025г.
СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
«Городская поликлиника № 27»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смельникова С.Е.
Приказ №[illegible] от 29.08.2025г.

Режим дня
детей группы раннего возраста (с 1,5 до 3 лет)
(холодный период года с 1 сентября по 31 мая)

Вид деятельности в режиме дня	*Время*	*Длительность*
ДОМА		
Подъем, водные процедуры, приход в детский сад	7.00-8.00	60 мин.
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00-8.35	1ч.35 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак. Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к занятиям	8.35-9.00	25 мин.
Занятия в игровой форме		25 мин.
1 ПОДГРУППА	9.00-9.10	10 мин.
2 ПОДГРУППА	9.15-9.25	10 мин.
Совместная игровая деятельность. Подготовка ко второму завтраку	9.25-10.10	45 мин.
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин.
Подготовка к прогулке, адаптированная прогулка (подвижные игры, самостоятельная и совместная деятельность)	10.20-11.40	**1ч.20 мин.**
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы	11.40-12.05	25 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30	25 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30- 15.30	**3ч. 00мин.**
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, гигиенические процедуры, самостоятельная игровая деятельность детей, подготовка к полднику	15.30-15.50	20 мин.
Полдник	15.50-16.10	20 мин.
Занятия в игровой форме		25 мин.
1 ПОДГРУППА	16.10-16.20	10 мин.
2 ПОДГРУППА	16.25-16.35	10 мин.
Самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа с детьми, чтение художественной литературы.	16.35-17.00	25 мин.
Подготовка к прогулке, адаптированная прогулка	17.00-18.30	**1 ч.30 мин.**
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30-19.00	30 мин.
ДОМА		
Прогулка, ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, подготовка ко сну	19.00-21.00	2ч.00 мин.
Сон	с 21-00	

*при температуре воздуха ниже минус-15 градусов и скорости ветра более 7 метров в секунду продолжительность прогулки **сокращается.**

При возвращении с прогулки в плохую погоду с детьми организуются: сюжетно-ролевые игры, театрализованные игры, конкурсы, чтение художественной литературы, слушание музыки, самостоятельная художественная деятельность, индивидуальная работа, подвижные игры.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 29.08.2025г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 29.08.2025г.
СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
«Городская поликлиника № 27»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г. _____

Приказ № 11 от 29.08.2025г.

Режим дня
детей группы раннего возраста (с 1,5 до 3 лет)
(тёплый период года с 1 июня по 31 августа)

Вид деятельности в режиме дня	*Время*	*Длительность*
ДОМА		
Подъем, водные процедуры, приход в детский сад	7.00-8.00	60мин.
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.35	1 ч.35 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак.	8.35-9.00	25 мин.
Совместная игровая деятельность, индивидуальна работа, чтение художественной литературы, прослушивание музыкальных сказок. Подготовка ко второму завтраку	9.00-10.10	1ч.10 мин.
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин.
Подготовка к прогулке, адаптированная прогулка (подвижные игры, совместная и самостоятельная игровая деятельность)	10.20-11.40	**1ч.20 мин.**
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы	11.40-12.05	25 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30	25 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30- 15.30	**3ч. 00мин.**
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, гигиенические процедуры, самостоятельная игровая деятельность детей, подготовка к полднику	15.30-15.50	20 мин.
Полдник	15.50-16.10	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.10-19.00	**2ч.50 мин.**
ДОМА		
Прогулка, ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, подготовка ко сну	19.00-21.00	2ч.00 мин.
Сон	с 21-00	

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 29.08.2025г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 29.08.2025г.
СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
«Городская поликлиника № 27»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г.

Приказ № 88 от 29.08.2025г.

Режим дня
детей группы раннего возраста (с 1,5 до 3 лет)
(адаптационный период года с 1 сентября по 30 сентября)

Вид деятельности в режиме дня	*Время*	*Длительность*
ДОМА		
Подъем, водные процедуры, приход в детский сад	7.00-8.00	60 мин.
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Приём и осмотр детей, наблюдения, самостоятельная игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.35	1ч.35 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак.	8.35-9.00	25 мин.
Наблюдение и обследование развития детей специалистами, игры, самостоятельная деятельность детей. Подготовка ко второму завтраку	9.00-10.10	70 мин.
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин.
Подготовка к прогулке, адаптированная прогулка (подвижные игры, совместная и самостоятельная игровая деятельность)	10.20-11.40	**1ч.20 мин.**
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы	11.40-12.05	25 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30	25 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30- 15.30	**3ч. 00мин.**
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, гигиенические процедуры, самостоятельная игровая деятельность детей, подготовка к полднику	15.30-15.50	20 мин.
Полдник	15.50-16.10	20 мин.
Наблюдение и обследование развития детей специалистами, игры, самостоятельная деятельность детей	16.10-17.00	50 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00-18.30	**1 ч.30 мин.**
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.30-19.00	30 мин.
ДОМА		
Прогулка, ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, подготовка ко сну	19.00-21.00	2ч.00 мин.
Сон	с 21-00	

* По желанию родителей на время адаптации дети могут находиться в учреждении не целый день, а несколько часов.
По мере привыкания время пребывания ребёнка в группе увеличивается.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 29.08.2025г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 29.08.2025г.
СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
«Городская поликлиника № 27»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г. _____

Приказ №13-од от 29.08.2025г.

Режим дня
детей группы раннего возраста (с 1,5 до 3 лет)
(при ненастной погоде: дождь, сильный ветер, мороз)

Вид деятельности в режиме дня	*Время*	*Длительность*
ДОМА		
Подъем, водные процедуры, приход в детский сад	7.00-8.00	60 мин.
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00-8.35	1ч.35 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак. Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к занятиям	8.35-9.00	25 мин.
Занятия в игровой форме		
1 ПОДГРУППА	9.00-9.10	10 мин.
2 ПОДГРУППА	9.15-9.25	10 мин.
Совместная игровая деятельность. Подготовка ко второму завтраку	9.25-10.10	45 мин.
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин.
Творческие игры, показ театров, подвижные игры, игры- забавы, деятельность детей по интересам	10.20-12.05	**1ч.45 мин.**
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30	25 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30- 15.30	**3ч. 00мин.**
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, гигиенические процедуры, самостоятельная игровая деятельность детей, подготовка к полднику	15.30-15.50	20 мин.
Полдник	15.50-16.10	20 мин.
Занятия в игровой форме		
1 ПОДГРУППА	16.10-16.20	10 мин.
2 ПОДГРУППА	16.25-16.35	10 мин.
Творческие игры, показ театров, подвижные игры, игры- забавы, деятельность детей по интересам, уход детей домой	16.35-19.00	**2 ч.25 мин.**
ДОМА		
Ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, подготовка ко сну	19.00-21.00	2ч.00 мин.
Сон	с 21-00	

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 29.08.2025г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 29.08.2025г.
СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
«Городская поликлиника № 27»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г. _____

Приказ № 28 от 29.08.2025г.

Режим дня
детей группы раннего возраста (с 1,5 до 3 лет)
(при карантине)

Вид деятельности в режиме дня	*Время*	*Длительность*
ДОМА		
Подъем, водные процедуры, приход в детский сад	7.00-8.00	60 мин.
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Приём и осмотр детей, наблюдения, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00-8.35	1ч.35 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак. Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к занятиям	8.35-9.00	25 мин.
Занятия в игровой форме (**проводятся в групповой комнате**)		25 мин.
1 ПОДГРУППА	9.00-9.10	10 мин.
2 ПОДГРУППА	9.15-9.25	10 мин.
Совместная игровая деятельность. Подготовка ко второму завтраку	9.25-10.10	45 мин.
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин.
Подготовка к прогулке, адаптированная прогулка (**организация выхода и возвращения с прогулки изолированно от других групп**)	10.20-11.40	**1ч.20 мин.**
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы	11.40-12.05	25 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30	25 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30- 15.30	**3ч. 00мин.**
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, гигиенические процедуры, самостоятельная игровая деятельность детей, подготовка к полднику	15.30-15.50	20 мин.
Полдник	15.50-16.10	20 мин.
Занятия в игровой форме (**проводятся в групповой комнате**)		25 мин.
1 ПОДГРУППА	16.10-16.20	10 мин.
2 ПОДГРУППА	16.25-16.35	10 мин.
Самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа с детьми, чтение художественной литературы.	16.35-17.00	25 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (**организация выхода и возвращения с прогулки изолированно от других групп**)	17.00-18.30	**1 ч.30 мин.**
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30-19.00	30 мин.
ДОМА		
Прогулка, ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, подготовка ко сну	19.00-21.00	2ч.00 мин.
Сон	с 21-00	

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 29.08.2025г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 29.08.2025г.
СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
«Городская поликлиника № 27»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г. _____

Приказ № 28 от 29.08.2025г.

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ
детей группы раннего возраста (с 1,5 до 3 лет)

Вид деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственные
Приход в детский сад	По возможности с 07.00 до 08.30	родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50 %	воспитатель
Гигиенические, закаливающие и общеукрепляющие процедуры: -умывание,	температура воды 16-20°С, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель, помощник воспитателя
-полоскание полости рта после еды,	Температура воды 20-22°С, наливается перед полосканием	
-воздушные ванны с бодрящей гимнастикой	Снимается пижама, надевается сухая футболка	
Питание: завтрак, обед, полдник	Первыми садятся за стол, докармливание	Воспитатель, помощник воспитателя
Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последними	Воспитатель, помощник воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
Возвращение с прогулки	Возвращение первыми (под присмотром взрослого). Снимается влажная майка, заменяется на сухую.	Воспитатель, помощник воспитателя
Физическая культура	Отмена и снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50 %	воспитатель
образовательная деятельность, требующая статического или интеллектуального напряжения	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятия	Воспитатель
Дневной сон	укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель, помощник воспитателя
Совместная деятельность с педагогами	учитывать настроение ребенка и его желание	Все педагогические работники
Самостоятельная деятельность	Предлагать места для игровой и другой деятельности, удаленные от окон и дверей	Воспитатель
Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида №8 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Протокол №1 от 29.08.2025г.
С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 29.08.2025г.
СОГЛАСОВАНО:
Врач СПб ГБУЗ
«Городская поликлиника № 27»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
ГБДОУ детский сад №8
Адмиралтейского района СПб
Смольникова С.Г. _____

Приказ № 28 от 29.08.2025г.

ВАРИАТИВНЫЕ РЕЖИМЫ
для детей группы раннего возраста (с 1,5 до 3 лет)

№ п/п	Режим	Длительность	Рекомендации к использованию
1.	Адаптационный режим	2-3 недели	1.Сокращённое пребывание детей в ДОУ в течение 2-3 недель. 2.Постепеннное привыкание от 1 часа до обеда, затем до вечерней прогулки. 3.Создание благоприятного эмоционального климата
2.	Щадящий режим после перенесённых острых заболеваний (ОРЗ, грипп, ветряная оспа, краснуха, кишечные инфекции)	1 неделя	1.Сокращение приёма воздушных ванн на 5 минут в течение 1 недели. 2.Снижение кратности упражнений в течение й недели. 3.Сокращение режима двигательной активности ребёнка на прогулке. Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течение дня.
3.	Щадящий режим после перенесённых заболеваний (пневмонии, острый пиелонефрит, гепатит и др.)	2 недели	1.Освобождение от проведения закаливающих процедур на 2 недели. 2.Снижение кратности упражнений в течение 1 недели. 3.Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течение дня, включая прогулку. 4.Пролонгированный сон.
4.	Щадящий режим для детей с III и IV группой здоровья	Индивидуально по рекомендации врача	1.Освобождение от проведения закаливающих процедур индивидуально по рекомендации врача до 6 месяцев. 2.Освобождение от физкультурных занятий индивидуально по рекомендации врача сроком до месяца. 3.Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течение дня, включая прогулку. 4.Пролонгированный сон.
5.	Щадящий режим после перенесённого отита	1-2 недели	1.Уменьшение двигательной нагрузки на физкультурных занятиях за счёт исключения переворотов, наклонов, вращений.

6.	Щадящий режим для часто и длительно болеющих детей в период реконвалесценции	1-2 недели	1.Щадящий режим выхода на прогулку: -одевать на прогулку последними; -приводить с прогулки первыми. 2.Контроль со стороны воспитателя за температурой кистей рук и стоп. 3.На прогулке занимать в играх малой подвижности. 4.Учитывая индивидуальность теплорегуляции и теплообмена, разрешать находиться в групповом помещении в одежде по более «тёплому» варианту, чем остальные дети. 5.По рекомендации врача, учитывая состояние здоровья, сократить пребывание ребёнка в детском саду (до обеда, до полдника) в течение 2 недель. 6.Предоставить дополнительный выходной день в неделю. 7.Пролонгированный сон: -первыми укладывать на дневной сон; -последними поднимать после сна.
7.	Корригирующий режим	Ограничение одного вида деятельности в соответствии с медицинскими рекомендациями	Время занятий и прогулок не ограничивается. Ограничение определённого вида деятельности в занятиях по физической культуре.
8.	Индивидуальный режим	Действует, если у ребёнка III группа здоровья или особенности здоровья	1.Физкультурная группа: подготовительная (без участия в соревнованиях, спартакиадах, кроссах); 2.Уменьшение времени прогулок на 15 минут (после обострения хронического заболевания); 3. Детям III группы здоровья оздоровительный бег заменяется дозированной ходьбой.