ГБДОУ детский сад № 69 «Марина» Красногвардейского района Санкт-Петербурга
по адресу: ул. Стахановцев, д.10. к.2

ПРИНЯТ
Решением Педагогического Совета
ГБДОУ детский сад № 69 «Марина»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2026 № 4

УТВЕРЖДЕН
Приказом ГБДОУ детский сад № 69 «Марина»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
№ 113 от 31.08.2026
_____Ю.Е. Воробьева

СОГЛАСОВАН
Врач-педиатр_____ О.А.Ковалык

ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ) РЕЖИМ
на 2026-2027 учебный год
группа «МАЛЫШИ» (дети 1,5-3 лет)

№	Режимные моменты	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием детей. Взаимодействие с родителями. Свободная игра. Инд. работа педагога	7.00-8.10				
2.	Утренняя гимнастика	8.10-8.20				
3.	Подг-ка к завтраку, завтрак	8.20-8.50				
4.	Утро радостных встреч	8.50-9.00				
5.	Занятие с муз. рук-лем (по подгруппам)		9.00-9.10 **9.20-9.30**			9.00-9.10 **9.20-9.30**
6.	Занятие с воспитателем (по подгруппам)			9.00-9.10 **9.20-9.30**		
7.	Игры, самост. деят-ть	9.00-9.30, 9.55-10.10				
8.	Совместная деят-ть/культурные практики, инд. работа педагога	9.30-9.50				
9.	Второй завтрак	9.50-9.55				
10.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.20				
11.	Подг-ка к обеду, психофиз. комплекс по Руденко, обед	11.20-12.00				
12.	Дневной сон	12.00-15.15				
13.	Подъем	15.15-15.20				
14.	Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40				
15.	Досуг со специалистами (2 раза в месяц)			15.40-15.55		
16.	Игры, самост. деятельность	15.40-16.40		15.55-16.40	15.40-16.40	
17.	Занятие с воспитателем (по подгруппам)	16.00-16.10 **16.20-16.30**				
18.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-19.00				
19.	Уменьшение длительности пребывания в детском саду	рекомендации по ограничению нагрузки после детского сада				

Примечание:
- Ограничение умственной и физической нагрузки и уменьшение длительности занятий (временная отмена физкультурных занятий)
- Временная отмена закаливающих процедур
- Продление дневного сна
- Увеличение прогулки для вновь поступивших детей (до 10-15 минут) в ДОУ и уменьшение времени прогулки для детей (на 10-15 минут), пришедших после болезни (за счет выхода детей и ухода детей с прогулки по подгруппам)

занятие – первая подгруппа
занятие – вторая подгруппа

ГБДОУ детский сад № 69 «Марина» Красногвардейского района Санкт-Петербурга
по адресу: ул. Стахановцев, д.10. к.2

ПРИНЯТ
Решением Педагогического Совета
ГБДОУ детский сад № 69 «Марина»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2026 № 4

УТВЕРЖДЕН
Приказом ГБДОУ детский сад № 69 «Марина»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
№ 113 от 31.08.2026
_____ Ю.Е. Воробьева

СОГЛАСОВАН
Врач-педиатр_____ О.А. Ковалык

ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ) РЕЖИМ
на 2026-2027 учебный год
группа «СОЛНЫШКО» (дети 3-5 лет)

№	Режимные моменты	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием детей. Взаимодействие с родителями. Свободная игра. Инд. работа педагога	7.00-8.10				
2.	Утренняя гимнастика	8.10-8.20				
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.45				
4.	Утренний круг	8.45-9.00				
5.	Занятие с муз. руководителем (по подгруппам)		9.40-9.55 **10.00-10.20**			9.40-9.55 **10.00-10.20**
6.	Занятие с воспитателем (по подгруппам)	9.00-9.15 **9.20-9.40**	9.00-9.15 **9.20-9.40**	9.00-9.15 **9.20-9.40**	9.00-9.15 **9.20-9.40**	9.00-9.15 **9.20-9.40**
7.	Свободная игра	9.00-10.20, 10.25-10.40				
8.	Совместная деят-ть, инд. работа воспитателя	9.00-9.30	9.40-10.20	9.45-10.20	9.00-9.30	9.40-10.20
9.	Второй завтрак	10.20 – 10.25				
10.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.40 – 12.10				
11.	Подготовка к обеду, психофиз. комплекс по Руденко, обед	12.10-12.45				
12.	Дневной сон	12.45-15.15				
13.	Подъем	15.15-15.20				
14.	Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40				
15.	Свободная игра, совместная деят-ть/культурные практики, инд. работа воспитателя	15.40-16.35	16.00-16.35	16.00-16.35	15.40-16.35	15.40-16.35
16.	Досуг со специалистами (2 раза в месяц)			16.15-16.35		
17.	Вечерний круг	16.35-16.45				
18.	Подготовка к прогулке, прогулка. Взаимодействие с родителями	16.45-19.00				
19.	Уменьшение длительности пребывания в детском саду	рекомендации по ограничению нагрузки после детского сада				

Примечание:

- Ограничение умственной и физической нагрузки и уменьшение длительности занятий (временная отмена физкультурных занятий)
- Временная отмена закаливающих процедур, гимнастики Воробьева
- Продление дневного сна
- Увеличение прогулки для вновь поступивших детей (до 10-15минут) в ДОУ и уменьшение времени прогулки для детей (на 10-15 минут), пришедших после болезни (за счет выхода детей и ухода детей с прогулки по подгруппам)

занятие - младшая группа
занятие - средняя группа

ГБДОУ детский сад № 69 «Марина» Красногвардейского района Санкт-Петербурга
по адресу: ул. Стахановцев, д.10, к.2

ПРИНЯТ
Решением Педагогического Совета
ГБДОУ детский сад № 69 «Марина»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2026 № 4

УТВЕРЖДЕН
Приказом ГБДОУ детский сад № 69 «Марина»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
№ 113 от 31.08.2026
_____ Ю.Е. Воробьева

СОГЛАСОВАН
Врач-педиатр_____ О.А. Ковалык

ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ) РЕЖИМ
на 2026-2027 учебный год

группа «ЗВЕЗДОЧКИ» (дети 5-7 лет)

№	Режимные моменты	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Прием детей. Взаимодействие с родителями. Свободная игра. Инд. работа педагога	7.00-8.15				
2.	Утренняя гимнастика	8.15-8.25				
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.45				
4.	Утренний круг	8.45-9.00				
5.	Занятие с воспитателем (по подгруппам)	9.00–9.25 **9.30-10.00**	9.00–9.25 **9.30-10.00**	9.00–9.25 **9.30-10.00**	9.00–9.25 **9.30-10.00**	9.00–9.25 **9.30-10.00**
6.	Свободная игра	9.00-10.00, 10.05-10.20				
7.	Второй завтрак	10.00-10.05				
8.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20-11.30	10.20-11.30	10.20-12.00	10.20-11.30	10.20-11.30
9.	Совместная деят-ть, инд. работа воспитателя	11.30-12.30	11.30-12.30	12.00-12.30	11.30-12.30	11.30-12.30
10.	Занятие с муз. руководителем (по подгруппам)		11.20-11.45 **11.50-12.20**			11.20-11.45 **11.50-12.20**
11.	Подготовка к обеду, психофиз. комплекс по Руденко, обед	12.30-13.00				
12.	Дневной сон	13.00-15.20				
13.	Подъем	15.20-15.25				
14.	Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40				
15.	Свободная игра, совместная деят-ть/культурные практики, инд. работа воспитателя	15.40-16.35	15.40-16.35	15.40-16.10	15.40-16.35	15.40-16.35
16.	Досуг со специалистами (2 раза в месяц)			16.10-16.40		
17.	Вечерний круг	16.35-16.45	16.35-16.45	16.40-16.50	16.35-16.45	16.35-16.45
18.	Подготовка к прогулке, прогулка. Взаимодействие с родителями	16.45-19.00	16.45-19.00	16.50-19.00	16.45-19.00	16.45-19.00
19.	Уменьшение длительности пребывания в детском саду	рекомендации по ограничению нагрузки после детского сада				

Примечание:

- Ограничение умственной и физической нагрузки и уменьшение длительности занятий (временная отмена физкультурных занятий).
- Временная отмена закаливающих процедур, адаптационной гимнастики
- Продление дневного сна
- Увеличение прогулки для вновь поступивших детей (до 10-15 минут) в ДОУ и уменьшение времени прогулки для детей (на 10-15 минут), пришедших после болезни (за счет выхода детей и ухода детей с прогулки по подгруппам)

занятие – старшая группа
занятие – подготовительная группа