

ГБДОУ детский сад № 69 «Марина» Красногвардейского района Санкт-Петербурга
по адресу: Шоссе Революции д.9

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.Г. Ирицкая

ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ) РЕЖИМ
на 2026-2027 учебный год

группа «ГНОМИКИ» (дети 2-3 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.	Утренний круг	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		9.00-9.10 9.20-9.30	9.00-9.10 9.20-9.30	
7.	Игры, самост. деят-ть	9.00-9.30				
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	9.55-11.30				
11.	Подг-ка к обеду, психофиз. комплекс по Руденко, обед	11.30-12.00				
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, самостоятельная деятельность	15.40-16.40	15.40-16.40	15.55-16.40	15.40-16.40	15.40-16.40
17.	Занятие с воспитателем (по подгруппам)	16.00-16.10 16.20-16.30	16.00-16.10 16.20-16.30	16.00-16.10 16.20-16.30	16.00-16.10 16.20-16.30	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: Шоссе Революции д.9

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
№ 91 от 29.08.2025

Ю.Е. Воробьева

СОГЛАСОВАН

Врач-педиатр _____ О.Г.Ирицкая

ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ) РЕЖИМ

на 2026-2027 учебный год

группа «ПЧЕЛКИ» (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)		10.00 - 10.15 10.25 - 10.45			10.00 -10.15 10.25 -10.45
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
7.	Свободная игра, совместная деятельность, инд. работа воспитателя	9.40-10.00 10.15-10.45	9.00-10.00	9.40-10.00 10.15-10.45	9.00-10.00	9.40-10.00 10.15-10.45
8.	Второй завтрак	10.50 – 10.55				
9.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.55 – 12.10				
10.	Подготовка к обеду, психофиз. комплекс по Руденко, обед	12.10-12.45				
11.	Дневной сон	12.45-15.00				
12.	Подъем	15.00-15.20				
13.	Подготовка к полднику, полдник	10.50 – 10.55				
14.	Свободная игра, совместная деятельность/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
15.	Досуг со специалистами (2 раза в месяц)			16.15-16.35		
16.	Вечерний круг	16.40-16.50				
17.	Подготовка к прогулке, прогулка. Взаимодействие с родителями	16.50-19.00				
18.	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 10-15 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 - младшая группа ,

занятие - средняя группа

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.Г.Ирицкая

ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ) РЕЖИМ
на 2026-2027 учебный год

группа «СОЛНЕЧНЫЙ ГОРОД» (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)	12.00 -12.30 11.30 -11.55	12.00 -12.30 11.30 -11.55	12.00 -12.30 11.30 -11.55	12.00 -12.30 11.30 -11.55	12.00 -12.30 11.30 -11.55
6.	Занятие с муз. руководителем (по подгруппам)		11.30 -11.55 12.00 -12.30			11.30 -11.55 12.00 -12.30
7.	Свободная игра, совместная деятельность, инд. работа воспитателя	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00
8.	Второй завтрак	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05	10.00-10.05
9.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.05-11.30	10.05-11.30	10.05-11.30	10.05-11.30	10.05-11.30
10.	Подготовка к обеду, психофиз. комплекс по Руденко, обед	12.30-13.00				
11.	Дневной сон	13.00-15.00				
12.	Подъем	15.00-15.25				
13.	Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40				
14.	Свободная игра, совместная деятельность/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
15.	Досуг со специалистами (2 раза в месяц)			16.10-16.40		
16.	Вечерний круг	16.35-16.45	16.35-16.45	16.40-16.50	16.35-16.45	16.35-16.45
17.	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
18.	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