

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №82
Приморского р-на Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2023 г. №1

УТВЕРЖДЕН
Заведующий ГБДОУ детский сад №82
Приморского района Санкт-Петербурга
В.А. Фролова
Приказ № 45-01 от 31.08.2023г.



РАСПОРЯДОК ДНЯ
(период адаптации)
в ГБДОУ детский сад №82 Приморского района
Санкт-Петербурга по возрастным группам
на 2023-2024 учебный год

Санкт-Петербург,
2023г.

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)

(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)

вторая группа раннего возраста общеразвивающей направленности №5
(2 - 3 года)

Режимный момент	Время
Дома:	
Подъем, утренний туалет	7.00 - 7.30
В детском саду:	
Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.20
Подготовка к завтраку	8.20 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.45
Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность	8.45 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 - 11.50
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.50 - 12.00
Обед	12.00 - 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 - 15.20
Постепенный подъем, подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00
Дома:	
Ужин	18.00 - 18.30
Прогулка	18.30 - 19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30 - 20.30
Ночной сон	20.30 - 6.30 (7.30)

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)
младшая группа общеразвивающей направленности №6
(3 - 4 года)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.20
Подготовка к завтраку	8.20 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.45
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.45 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40 - 11.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)
младшая группа общеразвивающей направленности №7
(3 - 4 года)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.20
Подготовка к завтраку	8.20 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.45
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.45 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)
средняя группа общеразвивающей направленности №10
(4 - 5 лет)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку	8.25 - 8.35
Завтрак	8.35 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.50 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.40 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)
средняя группа общеразвивающей направленности №12
(4 - 5 лет)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку	8.25 - 8.35
Завтрак	8.35 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.50 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.40 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)
 старшая группа общеразвивающей направленности №3
 (5 - 6 лет)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, дежурство, утренняя гимнастика	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку	8.25 - 8.35
Завтрак	8.35 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.50 - 10.35
Второй завтрак	10.35 - 10.45
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.45 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)
 старшая группа общеразвивающей направленности №11
 (5 - 6 лет)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, дежурство, утренняя гимнастика	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку	8.25 - 8.35
Завтрак	8.35 - 8.50
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.50 - 10.35
Второй завтрак	10.35 - 10.45
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.45 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)

(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)

подготовительная группа общеразвивающей направленности №1
(6 - 7 лет)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, дежурство, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 - 8.55
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.55 - 10.40
Второй завтрак	10.40 - 10.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)
подготовительная группа общеразвивающей направленности №2
(6 - 7 лет)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, дежурство, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 - 8.55
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.55 - 10.40
Второй завтрак	10.40 - 10.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)
старшая группа компенсирующей направленности №8
(5 - 6 лет)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, дежурство, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 - 8.55
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.55 - 10.40
Второй завтрак	10.40 - 10.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)
старшая группа компенсирующей направленности №9
(5 - 6 лет)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, дежурство, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 - 8.55
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.55 - 10.40
Второй завтрак	10.40 - 10.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ (адаптационный)
(на период с 01.09.2023 - по 15.09.2023)

подготовительная группа компенсирующей направленности №4
(6 - 7 лет)

Режимный момент	Время
Прием, игры, самостоятельная деятельность, дежурство, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 - 8.55
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность	8.55 - 10.40
Второй завтрак	10.40 - 10.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.20
Подготовка к полднику	15.20 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы	15.45 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 82 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Фролова Валентина
Алексеевна, Заведующий

08.09.23 15:58 (MSK)

Сертификат 0F8360FA862312401EB5D56E5AA944F1