

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»

Приказ № 152 от 29.08.2025

Заведующий ГБДОУ № 116 Соловьева Р.Р.



«Принят»

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
Детей первой группы раннего возраста
(холодный период)
ПОНЕДЕЛЬНИК

1.	<i>Приём детей (осмотр, термометрия); игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление социально-эмоционального опыта, чтение художественной литературы</i>	7.00 – 8.00
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00 – 8.10
3.	<i>Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)</i>	8.10 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
5.	Подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.30
6.	Занятия в игровой форме по подгруппам Познавательное развитие (расширение ориентировки с окружающим) <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i>	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30
7.	<i>Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)</i>	9.30 – 9.40
8.	Второй завтрак	9.40 – 9.55
9.	Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке. Прогулка	9.55 – 11.10
10.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.10 – 11.30
11.	Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00
12.	Подготовка ко сну, сон	12.00 – 15.00
13.	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.20
14.	Подготовка к полднику. Полдник	15.20 – 15.50
15.	Подготовка к образовательной деятельности	15.50 – 16.00
16.	Занятия в игровой форме по подгруппам Физкультурное занятие <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i>	16.00 – 16.10 – 16.20 – 16.30
17.	<i>Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры.</i> Чтение художественной литературы. <i>Ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного социально-эмоционального опыта</i>	16.30 – 17.00
18.	Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»

Приказ № 152 от 29.08.2025

Заведующий ГБДОУ № 116



Соловьева Р.Р.

«Принят»

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
Детей первой группы раннего возраста
(холодный период)
ВТОРНИК

1.	Приём детей (осмотр, термометрия); игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление социально-эмоционального опыта, чтение художественной литературы	7.00 – 8.00
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00 – 8.10
3.	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.10 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
5.	Подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.30
6.	Занятия в игровой форме по подгруппам Художественно-эстетическое развитие (Музыкальное занятие) Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты	8.50 – 9.00
7.	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00 – 9.40
8.	Второй завтрак	9.40 – 9.55
9.	Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке. Прогулка	9.55 – 11.10
10.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.10 – 11.30
11.	Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00
12.	Подготовка ко сну, сон	12.00 – 15.00
13.	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.20
14.	Подготовка к полднику. Полдник	15.20 – 15.50
15.	Подготовка к образовательной деятельности	15.50 – 16.00
16.	Занятия в игровой форме по подгруппам Познавательное развитие (со строительным материалом) Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты	16.00 – 16.10 – 16.20 – 16.30
17.	Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры. Чтение художественной литературы. Ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного социально-эмоционального опыта	16.30 – 17.00
18.	Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»

Приказ № 152 от 29.08.2025

Заведующий ГБДОУ № 116



Соловьева Р.Р.

«Принят»

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
Детей первой группы раннего возраста
(холодный период)
СРЕДА

1.	<i>Приём детей (осмотр, термометрия); игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление социально-эмоционального опыта, чтение художественной литературы</i>	7.00 – 8.00
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00 – 8.10
3.	<i>Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)</i>	8.10 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
5.	Подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.30
6.	Занятия в игровой форме по подгруппам Познавательное развитие (с дидактическим материалом) <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i>	8.50 – 9.00
7.	<i>Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)</i>	9.30 – 9.40
8.	Второй завтрак	9.40 – 9.55
9.	Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке. Прогулка	9.55 – 11.10
10.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.10 – 11.30
11.	Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00
12.	Подготовка ко сну, сон	12.00 – 15.00
13.	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.20
14.	Подготовка к полднику. Полдник	15.20 – 15.50
15.	Подготовка к образовательной деятельности	15.50 – 16.00
16.	Занятия в игровой форме по подгруппам Речевое развитие <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i>	16.00 – 16.10 – 16.20 – 16.30
17.	<i>Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры.</i> Чтение художественной литературы. <i>Ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного социально-эмоционального опыта</i>	16.30 – 17.00
18.	Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»

Приказ № 152 от 29.08.2025

Заведующий ГБДОУ № 116



Соловьева Р.Р.

«Принят»

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
Детей первой группы раннего возраста
(холодный период)
ЧЕТВЕРГ

1.	Приём детей (осмотр, термометрия); игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление социально-эмоционального опыта, чтение художественной литературы	7.00 – 8.00
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00 – 8.10
3.	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.10 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
5.	Подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.30
6.	Занятия в игровой форме по подгруппам Художественно-эстетическое развитие (Музыкальное занятие) Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты	8.50 – 9.00
7.	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00 – 9.40
8.	Второй завтрак	9.40 – 9.55
9.	Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке. Прогулка	9.55 – 11.10
10.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.10 – 11.30
11.	Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00
12.	Подготовка ко сну, сон	12.00 – 15.00
13.	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.20
14.	Подготовка к полднику. Полдник	15.20 – 15.50
15.	Подготовка к образовательной деятельности	15.50 – 16.00
16.	Занятия в игровой форме по подгруппам Познавательное развитие (расширение ориентировки в окружающем) Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты	16.00 – 16.10 – 16.20 – 16.30
17.	Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры. Чтение художественной литературы. Ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного социально-эмоционального опыта	16.30 – 17.00
18.	Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

Приложение № 10 к образовательной программе
дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 116
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

«Утвержден»

Приказ № 152 от 29.08.2025

Заведующий ГБДОУ № 116



Соловьева Р.Р.

«Принят»

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
Детей первой группы раннего возраста
(холодный период)
ПЯТНИЦА

1.	Приём детей (осмотр, термометрия); игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление социально-эмоционального опыта, чтение художественной литературы	7.00 – 8.00
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00 – 8.10
3.	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.10 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
5.	Подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.30
6.	Сопровождение образовательной деятельности (психолог)	9.00 – 9.10
7.	Занятия в игровой форме по подгруппам Познавательное развитие (с дидактическим материалом) Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты	9.20 – 9.30 9.40 – 9.50
8.	Второй завтрак	9.50 – 10.00
9.	Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке. Прогулка	10.00 – 11.10
10.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.10 – 11.30
11.	Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00
12.	Подготовка ко сну, сон	12.00 – 15.00
13.	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.20
14.	Подготовка к полднику. Полдник	15.20 – 15.50
15.	Подготовка к образовательной деятельности	15.50 – 16.00
16.	Занятия в игровой форме по подгруппам Физкультурное занятие Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты	16.00 – 16.10 – 16.20 – 16.30
17.	Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры. Чтение художественной литературы. Ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного социально-эмоционального опыта	16.30 – 17.00
18.	Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00

«Утвержден»

Приказ № 152 от 29.08.2025

Заведующий ГБДОУ № 116



Сотонничева Р.Р.

«Принят»

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ
Детей первой группы раннего возраста
(холодный период)

Дождь

1.	<i>Приём детей (осмотр, термометрия); игры, ситуации общения воспитателя с детьми и накопление социально-эмоционального опыта, чтение художественной литературы</i>	7.00 – 8.00
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00 – 8.10
3.	<i>Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)</i>	8.10 – 8.30
4.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
5.	Подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.30
6.	Занятия в игровой форме по подгруппам Занятие 1 <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i>	8.50 – 9.00
7.	<i>Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)</i>	9.30 – 9.40
8.	Второй завтрак	9.40 – 9.55
9.	Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке. Прогулка	9.55 – 11.10
10.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.10 – 11.30
11.	Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00
12.	Подготовка ко сну, сон	12.00 – 15.00
13.	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.20
14.	Подготовка к полднику. Полдник	15.20 – 15.50
15.	Подготовка к образовательной деятельности	15.50 – 16.00
16.	Занятия в игровой форме по подгруппам Занятие 2 <i>Гимнастика в процессе занятия - 2 минуты</i>	16.00 – 16.10 – 16.20 – 16.30
17.	<i>Индивидуальные игры с детьми, направленные на координацию движений, дидактические и настольные игры.</i> Чтение художественной литературы. <i>Ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного социально-эмоционального опыта</i>	16.30 – 17.00
18.	Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, индивидуальные игры с детьми Уход детей домой	17.00 – 19.00 До 19.00