

Заведующий БДОУ г. Омска
 «Центр развития ребёнка-
 детский сад № 311»
 И.В. Дорошенко
 Приказ № 32-ОД от 31.08.2023 г.

Режим дня на холодный период
 (1 младшая группа)

Время	Режимные моменты	Содержание
6.30 – 7.00	Мама, я проснулся	Пробуждение, гигиенические процедуры, беседы с родителями по дороге в детский сад
7.00 – 8.30	Здравствуете, мои друзья	Приём детей в детский сад, осмотр, детская деятельность (с учётом темы, групповых традиций)
8.00 – 8.20	Здоровье в порядке – спасибо зарядке!	Утренняя гимнастика
8.30 – 9.00	Каша для чемпионов	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00 – 9.30	Вместе весело играть	Самостоятельная деятельность детей Утренний круг
9.30 – 10.00	В мире много интересного	Занятия в игровой форме по подгруппам
10.00 – 10.15	Витамины здоровья	Второй завтрак
10.15 – 11.30	Свежий воздух лучший друг	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.
12.00 – 12.30	Волшебное меню	Самостоятельная деятельность детей Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Приятных снов	Подготовка ко сну, сон
15.00– 15.30	Водичка, водичка, умой моё личико	Постепенный подъём, гигиенические процедуры
15.30 – 16.00	Вкусный сюрприз	Подготовка к полднику, полдник
16.00 – 17.15	Поделюсь секретом с другом	Занятия в игровой форме по подгруппам. Игровая деятельность. Вечерний круг
17.15 – 17.45	Полезная вкусняшка	Подготовка к ужину, ужин
17.45 – 19.00	1,2,3,4,5 – мы с детьми идём гулять	Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая деятельность
18.35 – 19.00	Здравствуй, мамочка любимая	Уход детей домой
19.00 – 20.00	Поголяй со мной	Прогулка, наблюдение за окружающим
20.00 – 20.30	Я много нового узнал	Спокойные игры, общение родителей с детьми о проведённом дне
20.30 – 21.00	В небе звёздочки зажглись	Подготовка ко сну, сон

Заведующий БДОУ г. Омска

Режим дня на холодный период
(2 младшая группа)

Время	Режимные моменты	Содержание
6.30 – 7.00	Мама, я проснулся	Пробуждение, гигиенические процедуры, беседы с родителями по дороге в детский сад
7.00 – 8.30	Здравствуете, мои друзья	Приём детей в детский сад, осмотр, детская деятельность (с учётом темы, групповых традиций)
8.00 – 8.20	Здоровье в порядке – спасибо зарядке!	Утренняя гимнастика
8.30 – 8.50	Каша для чемпионов	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Вместе весело играть	Самостоятельная деятельность детей Утренний круг
9.00 – 10.00	В мире много интересного	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
10.00 – 10.10	Витамины здоровья	Второй завтрак
10.10 – 12.00	Свежий воздух лучший друг	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.00 – 13.00	Волшебное меню	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.00	Приятных снов	Подготовка ко сну, сон
15.00– 15.30	Водичка, водичка, умой моё личико	Постепенный подъём, гигиенические процедуры
15.30 – 15.50	Вкусный сюрприз	Подготовка к полднику, полдник
15.50 – 17.15	Поделюсь секретом с другом	Занятия (при необходимости), занятия дополнительного образования. Игровая деятельность. Вечерний круг
17.15 – 17.45	Полезная вкусняшка	Подготовка к ужину, ужин
17.45 – 19.00	1,2,3,4,5 – мы с детьми идём гулять	Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая деятельность
18.35 – 19.00	Здравствуй, мамочка любимая	Уход детей домой
19.00 – 20.00	Погоуляй со мной	Прогулка, наблюдение за окружающим
20.00 – 20.30	Я много нового узнал	Спокойные игры, общение родителей с детьми о проведённом дне
20.30 – 21.00	В небе звёздочки зажглись	Подготовка ко сну, сон

Режим дня на холодный период
(средняя группа)

Время	Режимные моменты	Содержание
6.30 – 7.00	Мама, я проснулся	Пробуждение, гигиенические процедуры, беседы с родителями по дороге в детский сад
7.00 – 8.30	Здравствуете, мои друзья	Приём детей в детский сад, осмотр, детская деятельность (с учётом темы, групповых традиций)
8.00 – 8.20	Здоровье в порядке – спасибо зарядке!	Утренняя гимнастика
8.30 – 8.50	Каша для чемпионов	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Вместе весело играть	Самостоятельная деятельность детей Утренний круг
9.00 – 10.05	В мире много интересного	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
10.00 – 10.15	Витамины здоровья	Второй завтрак
10.15 – 12.10	Свежий воздух лучший друг	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.10 – 13.00	Волшебное меню	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.00	Приятных снов	Подготовка ко сну, сон
15.00– 15.30	Водичка, водичка, умой моё личико	Постепенный подъём, гигиенические процедуры
15.30 – 15.50	Вкусный сюрприз	Подготовка к полднику, полдник
15.50 – 17.15	Поделюсь секретом с другом	Занятия (при необходимости), занятия дополнительного образования. Игровая деятельность. Вечерний круг
17.15 – 17.45	Полезная вкусняшка	Подготовка к ужину, ужин
17.45 – 19.00	1,2,3,4,5 – мы с детьми идём гулять	Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая деятельность
18.35 – 19.00	Здравствуй, мамочка любимая	Уход детей домой
19.00 – 20.00	Погоуляй со мной	Прогулка, наблюдение за окружающим
20.00 – 20.30	Я много нового узнал	Спокойные игры, общение родителей с детьми о проведённом дне
20.30 – 21.00	В небе звёздочки зажглись	Подготовка ко сну, сон

Режим дня на холодный период
(старшая группа)

Время	Режимные моменты	Содержание
6.30 – 7.00	Мама, я проснулся	Пробуждение, гигиенические процедуры, беседы с родителями по дороге в детский сад
7.00 – 8.30	Здравствуете, мои друзья	Приём детей в детский сад, осмотр, детская деятельность (с учётом темы, групповых традиций)
8.00 – 8.20	Здоровье в порядке – спасибо зарядке!	Утренняя гимнастика
8.30 – 8.50	Каша для чемпионов	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Вместе весело играть	Самостоятельная деятельность детей Утренний круг
9.00 – 10.15	В мире много интересного	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
10.05 – 10.15	Витамины здоровья	Второй завтрак
10.15 – 12.20	Свежий воздух лучший друг	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.20 – 13.00	Волшебное меню	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.00	Приятных снов	Подготовка ко сну, сон
15.00– 15.30	Водичка, водичка, умой моё личико	Постепенный подъём, гигиенические процедуры
15.30 – 15.50	Вкусный сюрприз	Подготовка к полднику, полдник
15.50 – 17.15	Поделюсь секретом с другом	Занятия (при необходимости), занятия дополнительного образования. Игровая деятельность. Вечерний круг
17.15 – 17.45	Полезная вкусняшка	Подготовка к ужину, ужин
17.45 – 19.00	1,2,3,4,5 – мы с детьми идём гулять	Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая деятельность
18.35 – 19.00	Здравствуй, мамочка любимая	Уход детей домой
19.00 – 20.00	Погоуляй со мной	Прогулка, наблюдение за окружающим
20.00 – 20.30	Я много нового узнал	Спокойные игры, общение родителей с детьми о проведённом дне
20.30 – 21.00	В небе звёздочки зажглись	Подготовка ко сну, сон

Режим дня на холодный период
 (подготовительная группа)

Время	Режимные моменты	Содержание
6.30 – 7.00	Мама, я проснулся	Пробуждение, гигиенические процедуры, беседы с родителями по дороге в детский сад
7.00 – 8.35	Здравствуете, мои друзья	Приём детей в детский сад, осмотр, детская деятельность (с учётом темы, групповых традиций)
8.00 – 8.35	Здоровье в порядке – спасибо зарядке!	Утренняя гимнастика
8.35 – 8.55	Каша для чемпионов	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55 – 9.00	Вместе весело играть	Самостоятельная деятельность детей Утренний круг
9.00 – 11.00	В мире много интересного	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
10.00 – 10.10	Витамины здоровья	Второй завтрак
11.00 – 12.20	Свежий воздух лучший друг	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.00 – 13.00	Волшебное меню	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.00	Приятных снов	Подготовка ко сну, сон
15.00– 15.30	Водичка, водичка, умой моё личико	Постепенный подъём, гигиенические процедуры
15.30 – 15.50	Вкусный сюрприз	Подготовка к полднику, полдник
15.50 – 17.15	Поделюсь секретом с другом	Занятия (при необходимости), занятия дополнительного образования. Игровая деятельность. Вечерний круг
17.15 – 17.45	Полезная вкусняшка	Подготовка к ужину, ужин
17.45 – 19.00	1,2,3,4,5 – мы с детьми идём гулять	Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая деятельность
18.35 – 19.00	Здравствуй, мамочка любимая	Уход детей домой
19.00 – 20.00	Погуляй со мной	Прогулка, наблюдение за окружающим
20.00 – 20.30	Я много нового узнал	Спокойные игры, общение родителей с детьми о проведённом дне
20.30 – 21.00	В небе звёздочки зажглись	Подготовка ко сну, сон