

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Костромы «Детский сад № 16»

Принято на педагогическом совете № 1
от «28» 08 2020года

Утверждаю:
Заведующий «Детского сада № 16»
Л.И. Низова
от 28.08.2020года



Режим

Организации жизни и деятельности детей в холодный период

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Костромы

«Детский сад №16»

г. Кострома

РЕЖИМ ДНЯ 1 младшая группа (холодный период) – «Божья коровка»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность.	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика	8.00-8.05.	
Игры, Подготовка к завтраку,	8.05-8.35	
Завтрак	8.35.-8.55	8.30
Самостоятельная деятельность, утренний круг	8.55-9.00	
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-9.35	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.35-9.45	9.35
Подготовка к прогулке	9.45-10.00	
Прогулка	10.00-11.20	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20-11.40	
Обед	11.40-12.15	11.40
Подготовка ко сну	12.15-12.40	
Дневной сон	12.40.15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.00	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослыми. Чтение.	16.00-16.35	
Подготовка к ужину, ужин	16.35-16.50	16.30
Вечерний круг	16.50 -17.00	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	17.00 -19.00	

РЕЖИМ ДНЯ 1 младшая группа (холодный период) – «Лягушата»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность.	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика	8.00-8.05.	
Игры, Подготовка к завтраку, Утренний круг	8.05-8.30	
Завтрак	8.30.-8.45	8.20
Самостоятельная деятельность	8.45-9.00	
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-9.30	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.30-9.40	9.30
Подготовка к прогулке	9.40-10.00	
Прогулка	10.00-11.00	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.00-11.30	
Обед	11.30-12.10	11.30
Подготовка ко сну	12.10-12.30	
Дневной сон	12.30.15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30.	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.00	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослыми. Чтение.	16.00-16.20	
Подготовка к ужину. Ужин	16.20-16.40	16.20
Вечерний круг	16.40 -16.50	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	16.50 -19.00	

РЕЖИМ ДНЯ 1 младшая группа (холодный период) – «Одуванчики»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность.	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика	8.00-8.05	
Игры, Подготовка к завтраку, Утренний круг	8.05-8.30	
Завтрак	8.30.-8.45	8.20
Самостоятельная деятельность	8.45-9.00	
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-9.30	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.30-9.40	9.30
Подготовка к прогулке	9.40-10.00	
Прогулка	10.00-11.00	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.00-11.35	
Обед	11.35-12.15	11.30
Подготовка ко сну	12.15-12.30	
Дневной сон	12.30.15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30.	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.00	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослыми. Чтение.	16.00-16.25	
Подготовка к ужину. Ужин	16.25-16.55	16.20
Вечерний круг	16.55 -17.10	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	17.15. -19.00	

РЕЖИМ ДНЯ 1 младшая группа (холодный период) – «Светлячки»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность.	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика	8.00-8.05	
Игры, Подготовка к завтраку,	8.05-8.30	
Завтрак	8.30.-8.45	8.30
Самостоятельная деятельность	8.45-9.00	
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-9.30	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.30-9.40	9.34
Подготовка к прогулке	9.40-10.00	
Прогулка	10.00-11.10	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.10-11.30	
Обед	11.35-12.15	11.40
Подготовка ко сну	12.15-12.40	
Дневной сон	12.40.15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30.	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.00	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослыми. Чтение.	16.00-16.20	
Подготовка к ужину.Ужин	16.20-16.55	16.25
Вечерний круг	16.55 -17.10	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	17.10 -19.00	

РЕЖИМ ДНЯ 1 младшая группа (холодный период) – «В гостях у сказки»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность.	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика	8.00-8.05.	
Игры, Подготовка к завтраку,	8.05-8.30	
Завтрак	8.30.-8.45	8.25
Самостоятельная деятельность	8.45-9.00	
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-9.30	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.30-9.50	9.50
Подготовка к прогулке	9.40-10.00	
Прогулка	10.00-11.05	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.05-11.45	
Обед	11.45-12.15	11.40
Подготовка ко сну	12.15-12.30	
Дневной сон	12.30.15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30.	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.00	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность с взрослыми. Чтение.	16.00-16.35	
Подготовка к ужину. Ужин	16.35-16.55	16.30
Вечерний круг	16.55 -17.10	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	17.10. -19.00	

Средняя группа «Акварельки»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность. Прогулка.	7.00-8.10	
Утренняя гимнастика	8.10-8.20.	
Утренний круг, Подготовка к завтраку	8.20 -8.35	
Завтрак	8.35-8.50	8.30
Самостоятельная деятельность	8.50-9.00	
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-10.00.	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.00- 10.10	10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.00	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед	12.00-13.00	11.55
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30.	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.15	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослыми. Чтение.	16.15-16.40	
Подготовка к ужину. Ужин.	16.40- 17.00	16.35
Вечерний круг	17.00 -17.15	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	17.15. -19.00	

РЕЖИМ ДНЯ Средняя группа (холодный период) - «Солнечный город»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность. Прогулка.	7.00-8.10	
Утренняя гимнастика	8.10-8.20.	
Утренний круг, Подготовка к завтраку	8.20 -8.30	
Завтрак	8.30.-8.50	8.35
Самостоятельная деятельность	8.50-9.00	
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-10.00.	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.00- 10.10	10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.00	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед	12.00-13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30.	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.15	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослыми. Чтение.	16.15-16.30	
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30- 17.00	16.35
Вечерний круг	17.00 -17.15	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	17.15. -19.00	

РЕЖИМ ДНЯ Старшая группа (холодный период) – «Золотой улей»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность. Прогулка	7.00-8.20	
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	
Утренний круг, Подготовка к завтраку,	8.20 -8.40	
Завтрак	8.40.-8.50	8.40
Самостоятельная деятельность	8.50 -9.00	
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-10.20	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20- 10.40	10.10
Подготовка к прогулке	10.40-10.50	
Прогулка	10.50-12.20	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед	12.20-13.20	
Подготовка ко сну. Дневной сон	13.20 -15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30.	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.15	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослыми. Чтение.	16.15-16.25	
Подготовка к ужину. Ужин	16.25- 17.00	16.40
Вечерний круг	17.00 -17.15	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	17.15. -19.00	

РЕЖИМ ДНЯ Старшая группа (холодный период) – «Веселая компания»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность. Прогулка	7.00-8.20	
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	
Утренний круг, Подготовка к завтраку,	8.20 -8.40	
Завтрак	8.40.-8.50	8.45
Самостоятельная деятельность	8.50 -9.00	
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-10.20	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20- 10.40	10.20
Подготовка к прогулке	10.40-10.50	
Прогулка	10.50-12.20	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед	12.20-13.20	
Подготовка ко сну. Дневной сон	13.20 -15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30.	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.15	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослыми. Чтение.	16.15-16.25	
Подготовка к ужину. Ужин	16.25- 17.00	16.45
Вечерний круг	17.00 -17.15	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	17.15. -19.00	

РЕЖИМ ДНЯ Подготовительная к школе группа (холодный период) – «Маленькая страна»

Виды деятельности	Время	График выдачи пищи
Приём детей. Самостоятельная деятельность. Прогулка. Игры	7.00-8.15	
Утренний круг	8.15-8.30	
Утренняя гимнастика	8.30-8.40	
Подготовка к завтраку, завтрак	8.45-9.00.	8.40
Непосредственно образовательная деятельность	9.00.-10.30	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.30- 9.40.	9.30
Подготовка к прогулке	10.40-10.50	
Прогулка	10.50-12.30	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду Обед	12.30-13.20	
Подготовка ко сну Дневной сон	13.20 -15.00	
Постепенный подъём, закаливание	15.00-15.15	
Полдник	15.15.-15.30	15.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	15.30.-16.15	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность со взрослыми. Чтение.	16.15-16.35	
Подготовка к ужину. Ужин	16.35- 16.50	16.50
Вечерний круг	16.50-17.00	
Самостоятельная деятельность. Вечерняя прогулка. Уход домой.	17. 00. -19.00	