

Режим дня
Группа компенсирующей направленности для детей с ЗПР «Лучики»
на период самоизоляции /Холодный период/

	Режим дня	Дети 4 – 5 лет	Дети 5 – 6 лет	Дети 6 – 7 лет
1	Подъем, утренний туалет	7.00-7.30	7.00-7.30	7.00-7.30
2	Утренняя гимнастика. Дыхательная гимнастика. Пальчиковая гимнастика	7.30-7.38	7.30-7.40	7.30-7.40
3	Гигиенические и водные процедуры.	7.38-7.50	7.40-7.50	7.40-7.50
4	Подготовка к завтраку. Завтрак.	7.50-8.10	7.50-8.05	7.50-8.05
5	Самостоятельная деятельность детей, игры.	8.10-9.00	8.05-9.00	8.05-9.00
7	Организованная образовательная деятельность с детьми Перерыв между ООД Самостоятельная деятельность детей в перерывах между ООД	9.00-9.35 не менее 10 мин	9.00-9.45 не менее 10 мин	9.0-10.05 не менее 10 мин
8	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	9.35-9.45	9.45-9.55	10.05-10.15
9	Самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность с детьми (просмотр виртуальных экскурсий, развивающих мультфильмов игровая – подвижные игры, сюжетно ролевые игры познавательно исследовательская деятельность, экспериментирование, двигательная деятельность).	9.45 – 11.40	9.55-11.45	10.05-11.45
10	Водно-гигиенические процедуры.	11.40-11.50	11.45-11.55	11.45-11.55
11	Обед.	11.50–12.10	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15
12	Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.10-14.40	12.15-14.45	12.15-14.45
13	Подъем. Закаливающие процедуры. Дыхательная гимнастика	14.40-14.50	14.45-15.05	14.45-15.05
14	Подготовка к полднику. Полдник. Организованная образовательная деятельность с детьми	14.50-15.10 -	15.05-15.20 15.20-15.40	15.05-15.20 15.20-15.40
15	Совместная деятельность взрослого с детьми, (игровая – подвижные игры, сюжетно ролевые игры; познавательно исследовательская деятельность, экспериментирование, двигательная деятельность, чтение-художественной литературы).	15.10-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30
16	Самостоятельная деятельность детей. (игровая – разные виды игр, двигательная деятельность, познавательно исследовательская деятельность и пр.)	16.30-18.40	16.30-18.40	16.30-18.40
18	Ужин. Спокойные игры.	18.40-20.30	18.40-20.30	18.40-20.30
19	Подготовка ко сну. Сон.	20.30-7.00	20.30-7.00	20.30-7.00