

Режим дня

Разновозрастная группа (старшая – подготовительная группа) «Звездочки»

На период самоизоляции /Холодный период/

	Режим дня	Дети 5-6 лет	Дети 6-7 лет
1	Подъем, утренний туалет	7.00-7.30	7.00-7.30
2	Утренняя гимнастика. Дыхательная гимнастика. Пальчиковая гимнастика	7.30-7.40	7.30-7.40
3	Гигиенические и водные процедуры.	7.40 – 7.50	7.40 – 7.50
4	Подготовка к завтраку. Завтрак.	7.50 – 8.05	7.50 – 8.05
5	Самостоятельная деятельность детей, игры.	8.05 - 9.00	8.05 - 9.00
7	Организованная образовательная деятельность с детьми Перерыв между ООД Самостоятельная деятельность детей в перерывах между ООД	9.00-9.45	9.00 – 10.50 не менее 10 мин
8	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	9.45 – 9.55	10.50 – 11.00
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).	9.55 – 12.10	11.00-12.20
10	Водно-гигиенические процедуры.	12.10-12.20	12.20–12.30
11	Обед.	12.20 – 12.40	12.30–12.50
12	Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.40 – 14.40	12.50-14.50
13	Подъем. Закаливающие процедуры. Дыхательная гимнастика	14.40-14.50	14.50-15.00
14	Подготовка к полднику. Полдник.	14.50-15.05	15.00-15.15
	Организованная образовательная деятельность с детьми	15.05-15.30	15.15 – 15.40
15	Совместная деятельность взрослого с детьми, (игровая – подвижные игры, сюжетно ролевые игры; познавательно исследовательская деятельность, экспериментирование, двигательная деятельность, чтение- художественной литературы).	15.30-16.30	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
18	Ужин. Спокойные игры.	18.40-20.30	18.40-20.30
19	Подготовка ко сну. Сон.	20.30-7.00	20.30-7.00