|  |
| --- |
| Утверждён приказом заведующего МДОУ «Детский сад № 95»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.Н. Малышевой  от 31.08.2023 г. № 04-02/87 |

**РЕЖИМ ДНЯ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ**

**НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

**(возраст детей от 6 лет до 7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Время проведения** |
| ***Дома*** | | |
| 1 | Подъём, утренний туалет | 6.30 – 7.00 |
| 2 | Утренняя прогулка | 7.00 – 8.00 |
| ***В детском саду*** | | |
| 1 | Приём, осмотр, измерение температуры, игры | 7.00 – 8.20 |
| 3 | Утренняя гимнастика | 8.20 – 8.30 |
| 4 | Игры, общение | 8.30 – 8.35 |
| 5 | Подготовка к завтраку, завтрак | 8.35 – 8.50 |
| 6 | Подготовка к образовательной деятельности | 8.50 – 9.00 |
| 7 | Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 11.00 |
| 8 | 2 завтрак | 10.20 – 10.35 |
| 9 | Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экскурсии) | 11.00 – 12.15 |
| 10 | Возвращение с прогулки, умывание, игры | 12.15 – 12.25 |
| 11 | Подготовка к обеду, обед | 12.25 – 12.55 |
| 12 | Подготовка ко сну (полоскание рта после еды), дневной сон | 12.55 – 15.00 |
| 13 | Постепенные подъём, воздушные и водные процедуры, гимнастика после сна | 15.00 – 15.05 |
| 14 | П/и, общение по интересам, самостоятельная деятельность, совместная деятельность | 15.05 – 15.15 |
| 17 | Игры, досуги, самостоятельная деятельность, совместная деятельность, индивидуальная работа | 15.15 – 16.25 |
| 18 | Подготовка к ужину, ужин | 16.25 – 16.45 |
| 19 | Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми | 16.45 – 17.00 |
| 20 | Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, уход домой | 17.00 – 19.00 |
| ***Дома*** | | |
| 1 | Прогулка с родителями | 19.00 – 20.15 |
| 2 | Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры | 20.15 – 20.45 |
| 3 | Укладывание, ночной сон | 20.45 – 6.30 |