РАССМОТРЕН УТВЕРЖДЁН

на заседании педагогического совета приказом

протокол от 30.08.2024 г. № 1 МДОБУ «Детский сад № 5 «Аистёнок»

от 30.08.2024 г. № 247

**РЕЖИМ ДНЯ**

**старшая группа общеразвивающей направленности**

**(холодный период года)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Время** | **Режимный момент** | **Содержание деятельности** |
| **7.00 – 8.00** | **«Утро радостных встреч»** | **Приём, осмотр детей, термометрия, гигиенические процедуры, игры, дежурство в уголке природы, самостоятельная деятельность детей, культурная практика** |
| **8.00-8.10** | **«На зарядку становись!»** | **Утренняя гимнастика в спальне** |
| **8.10–8.45** | **«Приятного аппетита!»** | **Подготовка к завтраку, завтрак, полоскание рта, самостоятельная деятельность детей** |
| **8.45–9.00** | **«Круг друзей»** | **Совместное обсуждение планов на предстоящий день** |
| **9.00-9.25**  **9.35-10.00** | **«Играем и развиваемся»** | **Образовательная деятельность** |
| **10.00-10.15** | **«Приятного аппетита!»** | **Второй завтрак** |
| **10.15 -10.40** | **«Играем и развиваемся»** | **Игры, самостоятельная деятельность детей** |
| **10.40 -10.55** | **«Собираемся гулять»** | **Сбор на прогулку (формирование культурно-гигиенических навыков, самообслуживание)** |
| **10.55-11.55** | **«Мы гуляем»** | **Наблюдения в природе, подвижные, дидактические, сюжетно-ролевые игры, беседы с детьми, трудовая деятельность, экспериментирование, самостоятельная деятельность детей** |
| **11.55-12.05** | **«Возвращаемся с прогулки»** | **Формирование культурно-гигиенических навыков при раздевании, умывании** |
| **12.05 -12.15** | **«Учимся говорить правильно»**  **«Круг друзей»** | **Артикуляционная, дыхательная, пальчиковая гимнастика**  **Совместное обсуждение итогов недели (пятница)** |
| **12.15 -12.40** | **«Приятного аппетита!»** | **Подготовка к обеду, обед (воспитание навыков культуры поведения за столом, самообслуживание), полоскание рта** |
| **12.40 -15.10** | **«Спать пора!»** | **Подготовка ко сну, слушание релаксационной музыки (чтение), сон** |
| **15.10-15.30** | **«Пора вставать!»** | **Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, ходьба по «Дорожке здоровья» (профилактика плоскостопия)** |
| **15.30 -15.50** | **«Приятного аппетита!»** | **Подготовка к полднику, полдник, гигиенические процедуры по уходу за зубами** |
| **15.50 -16.50** | **«Играем и развиваемся»** | **Игры, развлечения, углублённая работа, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная, подгрупповая работа педагога с детьми, культурная практика** |
| **16.50 -17.00** | **«Собираемся гулять»** | **Подготовка к прогулке (обучение одеванию, свободное общение)** |
| **17.00 -19.00** | **«Мы гуляем»** | **Прогулка (наблюдения, беседы, игры), самостоятельная деятельность, уход детей домой** |