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**

**подготовительная группа общеразвивающей направленности**

**(холодный период года)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Время** | **Режимный момент** | **Содержание деятельности** |
| **7.00–8.15** | **«Утро радостных встреч»** | **Приём, осмотр детей, термометрия, гигиенические процедуры, игры, дежурство в уголке природы, самостоятельная деятельность детей, культурная практика** |
| **8.15-8.25** | **«На зарядку становись!»** | **Утренняя гимнастика в спальне** |
| **8.25–8.45** | **«Приятного аппетита!»** | **Подготовка к завтраку, завтрак, полоскание рта** |
| **8.45–9.00** | **«Круг друзей»** | **Совместное обсуждение планов на предстоящий день** |
| **9.00-9.30**  **9.40-10.10**  **10.20-10.50** | **«Играем и развиваемся»** | **Образовательная деятельность** |
| **10.50-11.00** | **«Приятного аппетита!»** | **Второй завтрак** |
| **11.00-11.10** | **«Собираемся гулять»** | **Сбор на прогулку (формирование культурно-гигиенических навыков, самообслуживание)** |
| **11.10-12.10** | **«Мы гуляем»** | **Наблюдения в природе, подвижные, дидактические, сюжетно-ролевые игры, беседы с детьми, труд, экспериментирование, самостоятельная деятельность детей** |
| **12.10-12.20** | **«Возвращаемся с прогулки»** | **Формирование культурно-гигиенических навыков при раздевании, умывании** |
| **12.20 -12.30** | **«Учимся говорить правильно»**  **«Круг друзей»** | **Пальчиковая, дыхательная, артикуляционная гимнастика**  **Совместное обсуждение итогов недели (пятница)** |
| **12.30-12.50** | **«Приятного аппетита!»** | **Подготовка к обеду, обед (воспитание навыков культуры поведения за столом, самообслуживание), полоскание рта** |
| **12.50 -15.20** | **«Спать пора!»** | **Подготовка ко сну, слушание релаксационной музыки (чтение), сон** |
| **15.20-15.40** | **«Пора вставать!»** | **Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, ходьба по «Дорожке здоровья» (профилактика плоскостопия)** |
| **15.40-15.50** | **«Приятного аппетита!»** | **Подготовка к полднику, полдник (воспитание навыков культуры поведения за столом, дежурство по столовой)** |
| **15.50–16.00** | **«Чистим зубы»** | **Гигиенические процедуры по уходу за зубами** |
| **16.00 -17.00** | **«Играем и развиваемся»** | **Игры, развлечения, самостоятельная, индивидуальная, подгрупповая деятельность педагогов с детьми** |
| **17.00 -17.10** | **«Собираемся гулять»** | **Подготовка к прогулке** |
| **17.10 -19.00** | **«Мы гуляем»** | **Прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой** |