Режим дня в детском саду на 2021-2022 учебный год

*(в холодный период)*

**Группа «Звёздочки» (старшая группа: 5-6 л.)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | ***Время в режиме*** | | | | |
| ***ПОНЕДЕЛЬНИК*** | ***ВТОРНИК*** | ***СРЕДА*** | ***ЧЕТВЕРГ*** | ***ПЯТНИЦА*** |
| **УТРЕННИЙ ПРИЁМ** детей, осмотр, игры детей, прогулка | **7.30 – 8.00** | **7.30 – 8.00** | **7.30 – 8.00** | **7.30 – 8.00** | **7.30 – 8.00** |
| **УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА** | **8.00 – 8.10** | **8.00 – 8.10** | **8.00 – 8.10** | **8.00 – 8.10** | **8.00 – 8.10** |
| Самостоятельная деятельность, подготовка к завтраку | **8.10 – 8.35** | **8.10 – 8.35** | **8.10 – 8.35** | **8.10 – 8.35** | **8.10 – 8.35** |
| **ЗАВТРАК** | **8.35 – 8.50** | **8.35 – 8.50** | **8.35 – 8.50** | **8.35 – 8.50** | **8.35 – 8.50** |
| Самостоятельная деятельность, подготовка к непосредственно образовательной деятельности | **8.50 – 9.00** | **8.50 – 9.00** | **8.50 – 9.00** | **8.50 – 9.00** | **8.50 – 9.00** |
| **НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** | **9.00 – 9.25**  **9.35 – 10.00** | **9.00 – 9.25**  **9.35 – 10.00** | **9.00 – 9.25**  **9.35 – 10.00** | **9.00 – 9.25**  **9.35 – 10.00** | **9.00 – 9.25**  **9.35 – 10.00** |
| Самостоятельная деятельность, общение по интересам | **10.00 – 10.35** | **10.00 – 10.35** | **10.00 – 10.35** | **10.00 – 10.35** | **10.00 – 10.35** |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **10.35 – 10.45** | **10.35 – 10.45** | **10.35 – 10.45** | **10.35 – 10.45** | **10.35 – 10.45** |
| Подготовка к прогулке | **10.45 – 11.00** | **10.45 – 11.00** | **10.45 – 11.00** | **10.45 – 11.00** | **10.45 – 11.00** |
| **ПРОГУЛКА** | **11.00 – 12.10** | **11.00 – 12.10** | **11.00 – 12.10** | **11.00 – 12.10** | **11.00 – 12.10** |
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду | **12.10 – 12.25** | **12.10 – 12.25** | **12.10 – 12.25** | **12.10 – 12.25** | **12.10 – 12.25** |
| **ОБЕД** | **12.25 – 12.50** | **12.25 – 12.50** | **12.25 – 12.50** | **12.25 – 12.50** | **12.25 – 12.50** |
| Гигиенические процедуры, подготовка ко сну | **12.50 – 13.00** | **12.50 – 13.00** | **12.50 – 13.00** | **12.50 – 13.00** | **12.50 – 13.00** |
| **ДНЕВНОЙ СОН** | **13.00 – 15.00** | **13.00 – 15.00** | **13.00 – 15.00** | **13.00 – 15.00** | **13.00 – 15.00** |
| Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры. Подготовка к полднику | **15.00 – 15.30** | **15.00 – 15.30** | **15.00 – 15.30** | **15.00 – 15.30** | **15.00 – 15.30** |
| **ПОЛДНИК** | **15.30 – 15.40** | **15.30 – 15.40** | **15.30 – 15.40** | **15.30 – 15.40** | **15.30 – 15.40** |
| **Подготовка к НОД, самостоятельная деятельность** | **–** | **15.40 – 15.45** | **–** | **15.40 – 15.45** | **–** |
| **НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** | **–** | **15.45 – 16.10** | **–** | **15.45 – 16.10** | **–** |
| Игры, досуги, общение, самостоятельная деятельность | **15.40 – 16.40** | **16.10. – 16.40** | **15.40 – 16.40** | **16.10. – 16.40** | **15.40 – 16.40** |
| **ПРОГУЛКА**, игровая деятельность | **16.40 – 17.40** | **16.40 – 17.40** | **16.40 – 17.40** | **16.40 – 17.40** | **16.40 – 17.40** |
| Возвращение с прогулки, подготовка к ужину | **17.40 – 18.00** | **17.40 – 18.00** | **17.40 – 18.00** | **17.40 – 18.00** | **17.40 – 18.00** |
| **УЖИН** | **18.00 – 18.15** | **18.00 – 18.15** | **18.00 – 18.15** | **18.00 – 18.15** | **18.00 – 18.15** |
| **ПРОГУЛКА**, самостоятельная деятельность по интересам, игры, общение.  Уход домой. | **18.15 – 19.30** | **18.15 – 19.30** | **18.15 – 19.30** | **18.15 – 19.30** | **18.15 – 19.30** |