|  |
| --- |
| ***Гибкий режим детей седьмого года жизни, группа №4****Воспитатель: Тарнаева Е.А.* |
| № | Содержание режима | Длительность | Всего время |
| 1 | Прием детей | 7.00-8.00 | 1ч (60) |
| 2 | Утренняя гимнастика в музыкальном зале | 8.00-8.10 | 10 |
| 3 | Возвращение в группу | 8.10-8.15 | 5 |
| 3 | Подготовка к завтраку, дежурство | 8.15-8.35 | 35 |
| 4 | Завтрак 1 | 8.35-8.55 | 20 |
| 5 | Подготовка к НОД | 8.55-9.00 | 5 |
| 6 | НОД | 9.00-9.309.40-10.1010.20-10.50 | 1ч.30 (90) |
| 7 | Завтрак 2 | 10.50-10.55 | 5 |
| 8 | Перерыв | 9.30-9.4010.10-10.20 | 1010 |
| 9 | Подготовка к прогулке, прогулка | 10.55-11.05 | 10 |
| 10 | Прогулка(норма) | 11.05-12.30 | 1ч.25 (85) |
|  | Т-0; Сила ветра-6; Комфортность температуры-10 -11 | 11.20-12.30 | 1ч.10 |
| Т-0; Сила ветра-7; Комфортность температуры-12-13 | 11.30-12.30 | 1ч. |
| Т-0; Сила ветра-8; Комфортность температуры-13-14 | 11.35-12.30 | 1ч. |
| Т-1; Сила ветра-7; Комфортность температуры-14-15 | 11.45-12.30 | 45 |
| 11 | Дежурство по столовой | 12.20-13.00 |  |
| 12 | Возвращение с прогулки | 12.30-12.35 | 5 |
| 13 | Гигиенические процедуры | 12.35-12.45 | 10 |
| 14 | Обед | 12.45-13.00 | 15 |
| 15 | Подготовка ко сну | 13.00-13.10 | 10 |
| 16 | Сон | 13.10-15.10 | 2ч (120) |
| 17 | Гимнастика пробуждения, гигиенические процедуры (умывание, причёсывание детей) | 15.10-15.20 | 10 |
| 18 | Подготовка к полднику, дежурство | 15.20-15.30 | 10 |
| 19 | Полдник | 15.30-15.50 | 20 |
| 20 | НОД | 15.50-16.20 | 30 |
| 17 | Индивидуальная работа | 16.20-16.40 | 20 |
| 18 | Подготовка к прогулке, прогулка | 16.40-18.10 | (90) |
| 19 | Возвращение с прогулки | 18:10-18:20 | 10 |
| 20 | Подготовка к ужину | 18:20-18:30 | 10 |
|  | Ужин | 18:30-18:45 | 15 |
|  | Уход детей домой | 18:45-19. 00 | 15 |
|  | Всего: |  | 720 (12 час) |