|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***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 | | 9.00-9.30  9.40-10.10  10.20-10.50 | | 1ч.30 (90) | |
| 7 | Завтрак 2 | | 10.50-10.55 | | 5 | |
| 8 | Перерыв | | 9.30-9.40  10.10-10.20 | | 10  10 | |
| 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) | |