***Режим на самоизоляции.***

**Режим для детей 6-7лет на самоизоляции**

1. Утренний подъём, гимнастика -08.00 – 08.30
2. Культурно-гигиенические процедуры 08.30 – 08.40
3. Подготовка к завтраку. Завтрак -08.40 – 09.00
4. Проветривание комнаты. -09.00 - 09.20
5. Подготовка к образовательной деятельности -09.15 – 09.35
6. Образовательная деятельность -09.35 – 09.45
7. Питьевой режим, второй завтрак -10.05 – 10.15
8. Самостоятельная деятельность детей -10.15 – 10.45
9. Совместная деятельность взрослого и ребёнка

Игры малой подвижности, конструирование, танцы под весёлую музыку, подвижные игры, заучивание наизусть стихов, потешек, скороговорок и т.д. -10.45 – 11.35

1. Самостоятельная деятельность детей -11.35 – 12.00
2. Культурно-гигиенические процедуры -12.00 – 12.10
3. Подготовка к обеду. Обед -12.10 – 12.40
4. Культурно-гигиенические процедуры -12.40 – 12.50
5. Проветривание спальни.

Подготовка ко сну, чтение перед сном -12.50 – 13.05

1. Дневной Сон -13.05 – 15.00
2. Постепенное пробуждение, гимнастика после сна -15.00 – 15.15
3. Культурно-гигиенические процедуры, питьевой режим -15.15 – 15.25
4. Самостоятельная деятельность детей -15.25 – 15.50
5. Культурно-гигиенические процедуры -15.50 – 16.00
6. Подготовка к полднику. Полдник -16.00 – 16.30
7. Культурно-гигиенические процедуры -16.30 – 16.40
8. Совместная деятельность взрослого и ребёнка: рисование, лепка из пластилина, аппликация, вырезывание ножницами,

Игры малой подвижности, конструирование, танцы под весёлую музыку, подвижные игры и тд -16.40 – 17.15

1. Просмотр мультфильмов, сказок, детских телепередач -17.15 – 17.35
2. Самостоятельная деятельность детей -17.35 – 17.50
3. Совместная деятельность взрослого и ребёнка:

Игры малой подвижности, настольные игры, игры на внимательность, речевые игры, игры на развитие мелкой моторики и т.д. -17.50 – 18.35

1. Культурно-гигиенические процедуры -18.35 – 18.45
2. Подготовка к ужину. Ужин -18.45 – 19.05
3. Самостоятельная деятельность детей -19.05 – 19.30
4. Приём водных процедур -19.30 – 19.50
5. Воздушные ванны -19.50 – 20.00
6. Питьевой режим -20.00 – 20.10
7. Совместная деятельность взрослого и ребёнка:

Беседы -20.10 – 20.30

1. Чтение художественной литературы перед сном -20.30 – 20.50
2. Подготовка ко сну -20.50 – 21.00
3. Ночной сон -21.00 – 08.00