



Утверждаю
Директор ГБОУ «Московская
международная школа»
Н.В. Корябкина/
2020 г.

**Примерный гибкий режим дня дошкольных групп
ГБОУ «Московская международная школа»
на холодный период 2020-2021 учебного года**

Режимные моменты	Содержание	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренний прием детей	Формирование культуры поведения, раздевание, формирование КГН, индивидуальная работа, развивающие игры, самостоятельная деятельность детей	7.00 – 8.15	7.00 – 8.12	7.00 – 8.15	7.00 – 8.18
Утренняя гимнастика	Дыхательная гимнастика, ОРУ	8.15 - 8.20	8.12- 8.20	8.15- 8.25	8.18- 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	Гигиенические процедуры: мытье рук, умывание, причесывание. Сервировка стола, прием пищи, формирование культуры поведения за столом	8.20- 8.50	8.20- 8.50	8.25- 8.50	8.30- 8.50
Игры, подготовка к НОД	Самостоятельная игровая деятельность детей	8.50 - 9.15	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00
Регламентированная деятельность	Взаимодействие воспитателей и специалистов с детьми, непрерывная образовательная деятельность (НОД), динамические паузы между НОД	9.15- 10.00	9.00- 10.00	9.00 – 10.00	9.00 – 10.50
2-ой завтрак	Сервировка стола, прием пищи, формирование культуры поведения за столом	10.00- 10.10	10.00- 10.10	10.00- 10.10	10.10- 10.20

Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	Формирование навыков раздевания и одевания, наблюдения в природе, трудовые поручения, индивидуальная работа, подвижные игры, развивающие и самодеятельные игры	10.10 – 12.20	10.10-12.25	10.10 – 12.35	10.20-12.15 или 10.50-12.45
Подготовка к обеду, обед	Сервировка стола, прием пищи, формирование культуры поведения за столом	12.20-12.50	12.25-12.55	12.35-13.00	12.45-13.05
Подготовка ко сну, дневной сон	Формирование навыков раздевания и КГН, чтение художественной литературы, отдых	12.50–15.00	12.55-15.00	13.00 – 15.00	13.05 – 15.05
Подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	Гимнастика после сна, ходьба по тактильным дорожкам, воздушные ванны, умывание, формирование КГН, игры	15.00-15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.05 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	Сервировка стола, прием пищи, формирование культуры поведения за столом	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-15.50	15.30-15.50
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	Взаимодействие воспитателей и специалистов с детьми, досуги, индивидуальные развивающие игры, свободная детская деятельность и творчество, самодеятельные игры, чтение художественной литературы Дополнительные занятия	16.00-16.45	16.00 – 16.45	15.50 – 16.45	15.50 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка	Самостоятельная игровая деятельность детей, коммуникативные игры, подвижные игры, наблюдения, трудовые поручения, индивидуальная работа	16.45 – 18.15	16.45-18.15	16.50 - 18.20	16.50 - 18.20
Подготовка к ужину, ужин	Формирование КГН, сервировка стола, прием пищи, формирование культуры поведения за столом	18.15-18.45	18.15-18.45	18.20-18.45	18.20-18.45
Выход на улицу, уход детей домой	Формирование навыков самообслуживания	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00