

# Режим дня



Дома:

**Подъем, утренний туалет.**

**6.30-7.30**

В дошкольном учреждении:

Прием детей, самостоятельная деятельность детей.

7.30-7.55

Подготовка к завтраку, завтрак.

7.55-8.20

Самостоятельная деятельность детей.

8.20-8.30

Организованная образовательная деятельность.

8.30-8.45.-9.00

Подготовка к прогулке.

9.00-9.20

Прогулка.

9.20-11.20

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.

11.20-11.30

Обед.

11.30-12.00

Спокойные игры, подготовка ко сну.

12.00-12.30

Дневной сон.

12.30-15.00

Постепенный подъем, самостоятельная деятельность детей.

15.00-15.15

Полдник.

15.15-15.30

Самостоятельная деятельность детей.

15.30-16.15

Организованная образовательная деятельность.

15.45-16.00-16.15

Подготовка к прогулке.

16.15-16.30

Прогулка.

16.30-17.30

Возвращение с прогулки, чтение художественной литературы, уход домой.

17.30-18.00

Дома:

**Ужин.**

**18.00-18.25**

**Прогулка.**

**18.25-19.30**

**Возвращение с прогулки, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.**

**19.30-20.30**

**Укладывание, ночной сон.**

**20.30-6.30 (7.30)**

