|  |  |
| --- | --- |
| **Режим дня** | |
| ***Дома*** | |
| **Подъем, утренний туалет** | **6.30 - 7.30** |
| ***В дошкольном учреждении*** | |
| **Прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика** | **7.00 - 8.30** |
| **Подготовка к завтраку, завтрак** | **8.30 - 8.50** |
| **Подготовка к образовательной деятельности** | **8.50 - 9.00** |
| **Непосредственно образовательная деятельность** | **9.00 - 11.05** |
| **Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)** | **11.05-12.20** |
| **Возвращение с прогулки** | **12.20-12.35** |
| **Подготовка к обеду, обед** | **12.35-13.00** |
| **Подготовка ко сну, дневной сон** | **13.00-15.15** |
| **Подъем, воздушные, водные процедуры, игры** | **15.15-15.25** |
| **Подготовка к полднику, полдник** | **15.25-15.50** |
| **Игры, труд** | **15.50-16.40** |
| **Подготовка к прогулке, прогулка** | **16.40-17.30** |
| **Возвращение с прогулки** | **17.30-17.40** |
| **Подготовка к ужину, ужин** | **17.40-18.00** |
| **Игры, уход детей домой** | **18.00-19.00** |
| ***Дома*** | |
| **Прогулка** | **19.00-20.15** |
| **Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры** | **20.15-20.45** |
| **Ночной сон** | **20.45- 6. 30** |