

## Примерный режим дня

подъем, гигиенические процедуры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00-8.20
подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.55
игры, самостоятельная деятельность детей	8.55-9.20
совместная образовательная деятельность родителей и детей	9.20-10.00
второй завтрак	10.00-10.10
Свободная игра, подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.05
возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.05-12.20
подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
полдник	15.25-15.50
игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.50-16.30
подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.50
возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.50-18.15
подготовка к ужину, ужин	18.15-18.45
прогулка, спокойные игры	18.45-20.30
гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.30-21.00
ночной сон	21.00-7.00