

Примерный режим дня

подъем, гигиенические процедуры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00-8.25
подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50
игры, самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00
организованная образовательная деятельность родителей и детей	9.00-10.00
игры, самостоятельная деятельность детей	10.00-10.30
второй завтрак	10.30-10.50
свободная игра, подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.30
возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.30-12.40
подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.00
постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
полдник	15.25-15.40
игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.40-16.30
подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.00
возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.00-18.20
подготовка к ужину, ужин	18.20-18.45
прогулка, спокойные игры	18.45-20.30
гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.30-21.00
ночной сон	21.00-7.00

