

Примерный режим дня на теплый период

Группа раннего возраста (с 2 до 3 лет)

Режимные моменты	Время
Пробуждение, подъем, утренние гигиенические процедуры	6.00 – 7.55
Утренняя гимнастика (в игровой форме)	7.55 – 8.00
Подготовка к завтраку	8.00 – 8.10
Завтрак	8.10 – 8.30
Самостоятельная деятельность, игры	8.30 – 9.10
Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак	9.10 - 9.30
Подготовка к прогулке, прогулка или совместная деятельность взрослого с ребенком, самостоятельная деятельность ребенка, игры	9.30 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 - 11.55
Подготовка ко сну, сон	11.55 - 15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.00 - 15.05
Подготовка к полднику, полдник	15.05 - 15.30
Совместная деятельность взрослого с ребенком, самостоятельная деятельность ребенка, игры. Прогулка.	15.30 – 18.30
Подготовка к ужину, ужин (дома)	18.30 - 19.00
Спокойные игры детей, чтение художественной литературы	19.00 - 20.30
Гигиенические процедуры	20.30 - 21.00
Сон	21.00 - 6.00