**РЕЖИМ ДНЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Время** | **Режимные моменты** |
|  | **Дома** |
| **6.30-7.30** | Подъем, утренний туалет |
|  | **В дошкольном учреждении** |
| **7.30 – 8.20** | Утренний приём, самостоятельная деятельность. |
| **8.25-8.35** | Утренняя гимнастика |
| **8.35 - 8.45** | Подготовка к завтраку, завтрак |
| **8.45-9.00** | Игры, самостоятельная деятельность |
| **9.00-10.10** | ООД по подгруппам |
| **10.10- 11.00** | Подготовка к прогулке, прогулка |
| **11.00-11.20** | Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность |
| **11.20-11.40** | Подготовка к обеду, обед |
| **11.40-15.00** | Подготовка ко сну, дневной сон |
| **15.00 – 15.25** | Подъём, воздушные процедуры. |
| **15.25-15.50** | Подготовка к полднику, полдник. |
| **15.50 - 16.20** | Самостоятельная деятельность |
| **16.20 - 17.40** | Подготовка к прогулке, прогулка. |
| **17.40 – 18.00** | Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой |
|  | **Дома** |
| **19.00 - 19.30** | Прогулка |
| **19-30 - 20.30** | Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры |
| **20.30- 6.30(7.30)** | Ночной сон |