



**Уважаемые родители,
старайтесь придерживаться следующего режима дня**

Режим дня

Подъем, утренняя гимнастика	7.00 – 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40 – 9.00
Образовательная деятельность	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.50 – 10.40
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40 – 11.40
Возвращение с прогулки, игры	11.40 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50 – 19.00
Подготовка к ужину, ужин	19.00 – 19.30
Чтение художественной литературы	19.30 – 20.30
Подготовка ко сну, сон	20.30 – 7.00