



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

Режим дня

Подъем, утренняя гимнастика	7.00 – 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40 – 9.00
Образовательная деятельность	9.00 – 9.25
	9.35 – 10.00
	10.10 – 10.35
Игры, самостоятельная деятельность детей	10.35 – 11.00
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00 – 12.00
Возвращение с прогулки, игры	12.10 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна	15.00 – 15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35 – 15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50 – 19.00
Подготовка к ужину, ужин	19.00 – 19.30
Чтение художественной литературы	19.30 – 20.45
Подготовка ко сну, сон	20.45 – 7.00