



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

Режим дня

Подъем, утренняя гимнастика	7.00 – 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.40
Образовательная деятельность	8.45 – 8.55 9.05 – 9.25
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.25 – 10.40
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40 – 11.40
Возвращение с прогулки, игры	11.40 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 14.55
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна	14.55 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.45 – 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