

Примерный режим дня на холодный период времени

Режимные моменты	Время
	Ранний возраст
Дома: подъем, утренний туалет	6.30-7.30
Прием, осмотр, игры,	7.00-8.05
Утренняя гимнастика.	8.05-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10-8.40
Непосредственно - образовательная деятельность.	9.00-9.10 9.20-9.30
Подготовка к прогулке, прогулка.	9.30-11.10
Возвращение с прогулки.	11.10-11.30
Подготовка к обеду, обед.	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.00-15.00
Подъем, гимнастика, гигиенические процедуры.	15.00 – 15.05
Подготовка к полднику, полдник.	15.05 – 15.20
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	15.30 – 17.09
Непосредственно - образовательная деятельность.	15.40 –15.50 16.00 - 16.10
Подготовка к ужину, ужин.	17.09 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	17.30 – 18.30
Дома: спокойные игры, выполнение домашнего задания	19.30-20.30

Примерный режим дня на теплый период времени.

Режимные моменты	Время
	Ранний возраст
Дома; подъем, Утренний туалет	6.30-7.30
Прием, осмотр, игры, артикуляционная гимнастика, утренняя гимнастика	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.30-9.00
Занимательная деятельность (на участке)	9.00-9.10
Игры, наблюдения, воздушные ванны, солнечные процедуры	9.10-10.50
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	10.50-11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.00
Подъем, гимнастика, гигиенические процедуры	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.55
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	15.55-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30-17.15
Игра на участке, уход детей домой	17.15-19.00
Дома: спокойные игры, выполнение домашнего задания.	19.00-20.45
Подготовка ко сну, сон	20.45 - 6.30