

Режимные моменты	Примерное время
<i>Пробуждение, подъем, утренние гигиенические процедуры</i> 	6.00-8.05
<i>Утренняя гимнастика (в игровой форме)</i>	8.05-8.10
<i>Подготовка к завтраку, завтрак</i>	8.10-8.30
<i>Самостоятельная деятельность, игры</i>	8.30 – 9.30
<i>Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак</i> 	9.30 - 9.40
<i>Подготовка к прогулке, прогулка или совместная деятельность взрослого с ребенком, самостоятельная деятельность ребенка, игры</i>	9.40 – 11.45
<i>Подготовка к обеду, обед</i>	11.45 - 12.10
<i>Подготовка ко сну, сон</i> 	12.10 - 15.00
<i>Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, гигиенические процедуры</i>	15.00 - 15.10
<i>Подготовка к полднику, полдник</i>	15.10-15.30
<i>Совместная деятельность взрослого с ребенком, самостоятельная деятельность ребенка, игры. Прогулка.</i>	15.30 – 18.30
<i>Подготовка к ужину, ужин (дома)</i> 	19.00 - 20.30
<i>Спокойные игры детей, чтение художественной литературы</i>	19.00 - 20.30
<i>Гигиенические процедуры</i>	20.30 - 21.00
<i>Сон</i> 	21.00-6.00



