

Режим дня (3 – 4 года)

10,5 часовой режим

Режимные моменты	Время
<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием детей, осмотр, разнообразная детская деятельность (с учетом перечня, групповых традиций, ритуалов, событий) в соответствии с темой	7.30 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.45
Разнообразная детская деятельность	8.45 – 9.15
Непосредственно образовательная деятельность	9.15 – 10.05
Прогулка	10.05 – 11.50
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.50 – 12.15
Обед	12.15 – 12.50
Сон	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к ужину	15.00 – 15.45
ужин	16.00 – 16.20
Игры, досуги, общение по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности	16.20 – 16.35
Чтение художественной литературы/ экология	16.35-16.55
Прогулка Уход домой	16.55 – 18.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 7.00