

Режим дня (2 -3 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 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.45
Разнообразная детская деятельность	8.45 – 9.15
Непосредственно образовательная деятельность	9.15 – 10.00
Подготовка к прогулке	10.00 – 10.20
Прогулка	10.20 – 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 – 12.20
Обед	12.20 – 13.00
Сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, чтение художественной литературы/ экология, подготовка к ужину	15.00 – 15.40
ужин	16.00 – 16.20
Игры, досуги, общение по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности	16.20 – 16.30
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.50
Прогулка Уход домой	16.50 – 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