

Режим дня.

Элементы режима	1,5-7 лет
<u>Холодный период года</u>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7 ³⁰ -8 ⁴⁵
Завтрак	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰
Игры, подготовка к занятиям	9 ⁰⁰ -9 ²⁰
Занятия(включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)	9 ²⁰ -11 ¹⁰
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11 ²⁰ -12 ⁰⁰
Обед	12 ⁰⁰ -12 ³⁰
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12 ³⁰ -15 ³⁰
Полдник	15 ³⁰ -16 ⁰⁰
Занятие (при необходимости)	-
Игры, самостоятельная деятельность	16 ⁰⁰ -16 ⁴⁰
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16 ⁴⁰ -17 ³⁰
Уход домой	18 ⁰⁰
<u>Теплый период года</u>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7 ³⁰ -8 ³⁰
Завтрак	8 ³⁰ -9 ⁰⁰
Игры, самостоятельная деятельность	9 ⁰⁰ -9 ²⁰
Подготовка к прогулке, прогулка, занятие на прогулке, возвращение с прогулки	9 ²⁰ -12 ⁰⁰
Обед	12 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13 ⁰⁰ -15 ³⁰
Полдник	15 ³⁰ -16 ⁰⁰
Игры, самостоятельная деятельность	16 ⁰⁰ -16 ³⁰
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельность детей	16 ³⁰ -17 ³⁰
Уход домой	18 ⁰⁰