



## РЕЖИМ ДНЯ

### Группа дошкольного образования

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Приём, осмотр	7.00-8.00
Игры, дежурство	8.00-8.30
Утренняя гимнастика	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.45-9.00
Самостоятельная деятельность	9.00 - 9.15
Непосредственно образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы на двигательную активность)	9.15-10.15
Второй завтрак	10.15-10.25
Подготовка к прогулке	10.25-10.35
Прогулка (игры, наблюдения, труд, общение по интересам)	10.35- 11.45
Возвращение с прогулки	11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
Подъем (гимнастика пробуждения) Культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, причёсывание)	15.00-15.10
Полдник	15.10 – 15.20
Самостоятельная деятельность	15.20 – 15.40
Непосредственно образовательная деятельность	15.40 – 16.00
Подготовка к ужину, ужин	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-19.00