**Примерный режим дня для детей раннего возраста от 1,6 до 3 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| 8.00-8.30 | Подъём, утренняя гимнастика, гигиенические процедуры. |
| 8.30-9.00 | Завтрак. |
| 9.00-10.00 | Совместная деятельность взрослого с детьми: рассматривание картинок, игры со строительным материалом, чтение художественной литературы, рисование, лепка, слушание музыки. Самостоятельные игры детей. |
| 10.00-11.30 | Прогулка.  |
| 11.30-11.50 | Обед. |
| 12.00-15.00 | Дневной сон. |
| 15.00-15.15 | Постепенный подъём, гимнастика после сна. |
| 15.15-15.30 | Полдник. |
| 15.30-17.00 | Прогулка. Совместные игры с детьми. Самостоятельные игры детей. |
| 17.00-17.30 | Ужин. |
| 17.30-20.00 | Самостоятельные спокойные игры детей. |
| 20.00-21.00 | Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. |
| 21.00-8.00 | Ночной сон. |

**Примерный режим дня для детей младшего дошкольного возраста от 3 до 5 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| 8.00-8.30 | Постепенный подъём, гигиенические процедуры, утренняя гимнастика. |
| 8.30-9.00 | Завтрак. |
| 9.00-10.00 | Совместная деятельность взрослого и детей: рисование, лепка, аппликация, чтение художественной литературы, слушание музыки и музыкальные игры, дидактические игры. Самостоятельная деятельность детей. |
| 10.00-11.50 | Прогулка.  |
| 12.00-12.30 | Обед. |
| 15.00-15.15 | Постепенный подъём, гимнастика после сна. |
| 15.15-15.30 | Полдник. |
| 15.50-16.50 | Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Совместные игры с детьми. |
| 17.00-17.20 | Ужин. |
| 17.20-20.00 | Самостоятельные спокойные игры детей. |
| 20.00-21.00 | Подготовка ко сну, гигиенические процедуры. |
| 21.00-8.00 | Ночной сон. |

**Примерный режим дня для детей старшего дошкольного возраста от 5 до 8 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| 8.00-8.30 | Постепенный подъём, гигиенические процедуры, утренняя гимнастика. |
| 8.30-9.00 | Завтрак.  |
| 9.00-11.00 | Совместная деятельность взрослого и детей: рисование, лепка, аппликация, чтение художественной литературы, слушание музыки и музыкальные игры, дидактические игры. Самостоятельная деятельность детей. |
| 11.00-12.20 | Прогулка.  |
| 12.30-13.00 | Обед. |
| 13.00-15.00 | Дневной сон. |
| 15.00-15.15 | Постепенный подъём, гимнастика после сна. |
| 15.20-15.30 | Полдник. |
| 15.40-17.00 | Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Совместные игры с детьми. |
| 17.00-17.30 | Ужин. |
| 17.30-20.00 | Самостоятельные спокойные игры детей. |
| 20.00-21.00 | Подготовка ко сну, гигиенические процедуры. |
| 21.00-8.00 | Ночной сон. |