**Режим дня** **для воспитанников ДОУ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Дома** | |
| Подъем, утренний туалет 6.30-7.30 | |
| **В дошкольном учреждении** | |
| Прием детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Чтение художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми.  Общение. Самостоятельная деятельность. | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.22-8.34 |
| Завтрак. Дежурство (вводим со средней группы, со второй половины уч. года) | 8.40-8.50 |
| Подготовка к организационной детской деятельности | 8.50-9.00 |
| Организованная детская деятельность, занятия со специалистами | 9.00-10.50 |
| Второй завтрак | 9.30-9.40 |
| Прогулка 1. Подвижные игры. Труд. Наблюдения. Физкультурное развлекательная деятельность. Индивидуальная работа по отработке основных движений по физкультуре. Ролевые игры и т.д. | 10.50-12.30 |
| Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду | 12.30-12.40 |
| Обед. Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну. | 12.40-13.00 |
| Дневной сон. Постепенный подъем. | 13.00-15.00 |
| Культурно-гигиенические и воздушно-водные процедуры. | 15.00-15.25 |
| Полдник | 15.25-15.40 |
| Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам, театрализация и др. | 15.40-17.00 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.00-17.20 |
| Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям.  Самостоятельные игры. Уход домой | 17.20- 19.00 |
| **Дома** | |
| Прогулка | 19.00-20.15 |
| Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры | 20.15-20.45 |
| Ночной сон | 20.45-6.30  (7.30) |