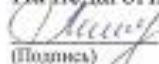


*Приложение 1*

СОГЛАСОВАНО

На педагогическом совете

 Ключерева И.В. /  
(Подпись) (И.О. Фамилия)

Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

(Наименование коллегиального органа управления/  
представительного органа)



УТВЕРЖДАЮ

Заместитель МАДОУ


(Должность руководителя)

Мельникова Т.В. /

(И.О. Фамилия)

от «31» августа 2023г № 127

С учётом мнения Совета родителей  
МАДОУ «Детский сад «Брусничка»

Башарова О.В. 

Протокол от 31.08.2023г. № 1

**Режим дня  
муниципального автономного дошкольного  
образовательного учреждения  
«Детский сад «Брусничка»**

Северобайкальск, 2023

## Пояснительная записка

1.1. Режим дня разрабатывается в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный № 62297);
- нормативно-правовыми актами регионального законодательства;
- Уставом МАДОУ «Детский сад «Брусничка»;
- и иными локальными актами образовательного учреждения.

1.2. Основными компонентами режима являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

1.3. Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

1.4. При организации режима следует предусматривать оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточную двигательную активность ребенка в течение дня, обеспечивать сочетание умственной и физической нагрузки.

1.5. Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью. Продолжительность дневной

суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса должны соответствовать требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648.

1.6. Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности).

1.7. Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОУ и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Показатели организации режима дня <sup>1</sup>		
Продолжительность ночного сна не менее	1 – 3 года	12 часов
	4 – 7 лет	11 часов
Продолжительность дневного сна	1 – 3 года	3 часа
	4 – 7 лет	2,5 часа
Продолжительность прогулок не менее	Для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности не менее	Все возрасты	1 час в день
Утренний подъем не ранее	Все возрасты	7 ч. 00 минут
Утренняя зарядка не менее	До 7 лет	10 минут
Количество приемов пищи при 10-ти часовом пребывании ребёнка в ДОУ	Завтрак, второй завтрак, обед, полдник	

1. в соответствии с проектом изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

### Примерный режим дня в первой младшей группе (2 - 3 года)

Холодный период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры	07.30 - 08.00
Утренняя гимнастика под музыку	08.00 – 08.05
<i>Подготовка к завтраку. Уплотненный завтрак.</i>	08.05 - 08.50
Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе, трудовая деятельность, двигательная активность	08.50 - 09.00

Организованная образовательная деятельность (I подгруппа)	09.00 - 09.10
Физминутки	09.10 – 09.25
Организованная образовательная деятельность (II подгруппа)	09.25 - 09.35
<i>Второй завтрак.</i>	09.35 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (совместная деятельность, самостоятельная игровая деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка, двигательная активность).	10.00 - 11.25
<i>Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Обед</i>	11.25 -11.55
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	11.55 -15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим	15.00 -15.30
<i>Подготовка к полднику. Уплотненный полдник</i>	15.30 – 16.00
Игры, игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, совместная образовательная деятельность детей и взрослых	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.45 - 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30

### Примерный режим дня в первой младшей группе (2 - 3 года)

Теплый период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры на воздухе	07.30 - 08.00
Утренняя гимнастика под музыку на воздухе	08.00 – 08.10
<i>Подготовка к завтраку. Уплотненный завтрак.</i>	08.10 - 08.50
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке	08.50 - 09.00
Прогулка. Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам, трудовая деятельность, двигательная активность, поддержка индивидуальности ребенка. Физминутки.	09.00 - 11.30
<i>Второй завтрак.</i>	10.00 – 10.15
<i>Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Обед</i>	11.30 -12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	12.30 -15.30
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим	15.00 -15.30
<i>Подготовка к полднику. Уплотненный полдник</i>	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, совместная образовательная деятельность детей и взрослых. Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.00 – 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00

Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30

### Примерный режим дня второй младшей группы (3-4 года)

Холодный период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры	07.30 - 08.00
Утренняя гимнастика под музыку	08.00 – 08.10
<i>Подготовка к завтраку. Уплотненный завтрак.</i>	08.10 - 08.45
Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе, трудовая деятельность, двигательная активность	08.45 - 09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00 - 09.15
Физминутки	09.15 – 09.25
Организованная образовательная деятельность	09.25 - 09.40
Игры, поддержка индивидуальности ребенка	09.40 - 09.55
<i>Второй завтрак.</i>	09.55 - 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (совместная деятельность, самостоятельная игровая деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка, двигательная активность).	10.00 - 11.30
<i>Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Обед</i>	11.30 - 12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим	15.00 - 15.30
Игры, поддержка индивидуальности ребенка, самостоятельная деятельность детей	15.30 – 15.35
<i>Подготовка к полднику Полдник</i>	15.35 – 16.00
Игры, игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, совместная образовательная деятельность детей и взрослых	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.45 - 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30

### Примерный режим дня второй младшей группы (3-4 года)

Теплый период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00

Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры на воздухе	07.30 - 08.10
Утренняя гимнастика под музыку на воздухе	08.10 – 08.20
<i>Подготовка к завтраку. Уплотненный завтрак.</i>	08.20 - 08.50
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке	08.50 - 09.00
Прогулка. Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам, трудовая деятельность, двигательная активность, поддержка индивидуальности ребенка. Физминутки.	09.00 - 11.30
<i>Второй завтрак.</i>	10.10 – 10.25
<i>Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Обед</i>	11.30 - 12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим	15.00 - 15.40
<i>Подготовка к полднику. Уплотненный полдник</i>	15.40 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, совместная образовательная деятельность детей и взрослых. Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.00 – 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30

### Примерный режим дня в средней группе (4 - 5 лет)

Холодный период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры	07.30-08.00
Утренняя гимнастика под музыку	08.00 – 08.10
Самостоятельная деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка	08.10 – 08.15
<i>Подготовка к завтраку, дежурство. Уплотненный завтрак.</i>	08.15 - 08.35
Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе, трудовая деятельность, двигательная активность	08.35 - 09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00 - 09.20
Физминутки	09.20 – 09.30
Организованная образовательная деятельность	09.30 - 09.50
Самостоятельная деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка	09.50 – 10.00
<i>Второй завтрак.</i>	10.00 – 10.05
Подготовка к прогулке, прогулка (совместная образовательная деятельность, самостоятельная игровая деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка, двигательная активность).	10.05 - 11.30
<i>Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду, дежурство. Обед</i>	11.30 - 12.30

Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим	15.00 - 15.25
Игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, самостоятельная деятельность детей	15.25 – 16.00
<i>Подготовка к полднику, дежурство. Полдник</i>	15.40 – 16.00
Поддержка индивидуальности ребенка, самостоятельная деятельность детей совместная образовательная деятельность детей и взрослых	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.45 - 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30

### Примерный режим дня в средней группе (4 - 5 лет)

Теплый период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры на воздухе	07.30 - 08.15
Утренняя гимнастика под музыку на воздухе	08.15 – 08.25
<i>Подготовка к завтраку. Уплотненный завтрак.</i>	08.25 - 08.55
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке	08.55 - 09.00
Прогулка. Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам, трудовая деятельность, двигательная активность, поддержка индивидуальности ребенка. Физминутки.	09.00 - 11.30
<i>Второй завтрак.</i>	10.15 – 10.25
<i>Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Обед</i>	11.30 - 12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим	15.00 - 15.40
<i>Подготовка к полднику. Уплотненный полдник</i>	15.40 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, совместная образовательная деятельность детей и взрослых. Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.00 – 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30

## Примерный режим дня в старшей группе (5 - 6 лет)

Холодный период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры, самостоятельная деятельность детей	07.30-08.10
Утренняя гимнастика под музыку	08.10 – 08.20
Самостоятельная деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка	08.20 – 08.25
<i>Подготовка к завтраку, дежурство. Уплотненный завтрак.</i>	08.25 - 08.50
Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе, трудовая деятельность, двигательная активность	08.50 - 09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00 - 09.25
Физминутки	09.25 – 09.35
Организованная образовательная деятельность	09.35 - 10.00
<i>Второй завтрак.</i>	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (совместная образовательная деятельность, самостоятельная игровая деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка, двигательная активность).	10.15 - 11.50
<i>Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Дежурство. Обед</i>	11.50 - 12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим	15.00 - 15.20
Игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, совместная образовательная деятельность детей и взрослых	15.20 – 15.45
<i>Подготовка к полднику. Дежурство. Полдник</i>	15.45 – 16.00
Поддержка индивидуальности ребенка, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.45 - 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30

## Примерный режим дня в старшей группе (5 - 6 лет)

Теплый период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры на воздухе	07.30 - 08.20



Утренняя гимнастика под музыку на воздухе	08.20 – 08.30
Подготовка к завтраку. Уплотненный завтрак.	08.30 - 09.00
Прогулка. Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам, трудовая деятельность, двигательная активность, поддержка индивидуальности ребенка. Физминутки.	09.00 - 11.35
Второй завтрак.	10.20 – 10.35
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Обед	11.35 -12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	12.30 -15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим	15.00 -15.50
Подготовка к полднику. Уплотненный полдник	15.50 – 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, совместная образовательная деятельность детей и взрослых. Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.20 – 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30

### Примерный режим дня в подготовительной группе (6 - 7 лет)

Холодный период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры, самостоятельная деятельность детей	07.30-08.15
Утренняя гимнастика под музыку	08.20 – 08.30
Самостоятельная деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка	08.30 – 08.35
Подготовка к завтраку, дежурство. Уплотненный завтрак.	08.35 - 08.55
Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе, трудовая деятельность, двигательная активность	08.55 - 09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00 - 09.30
Физминутки	09.30 – 09.35
Организованная образовательная деятельность	09.35 - 10.05
Самостоятельная деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка	10.05 – 1-.20
Второй завтрак.	10.20 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (совместная образовательная деятельность, самостоятельная игровая деятельность детей, поддержка индивидуальности ребенка, двигательная активность). Возвращение с прогулки.	10.30 - 11.50
Подготовка к обеду. Дежурство. Обед	11.50 - 12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	12.30 -15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим	15.00 -15.20
Игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, совместная образовательная деятельность детей и взрослых	15.20 – 15.55

<i>Подготовка к полднику. Дежурство. Полдник</i>	15.55 – 16.25
Поддержка индивидуальности ребенка, самостоятельная деятельность детей	16.25 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.45 - 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30

### Примерный режим дня в подготовительной группе (6 - 7 лет)

Теплый период года

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
Утренняя прогулка	07.00 – 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, термометрия, ситуации общения воспитателя с детьми, совместные игры на воздухе. Утренняя гимнастика под музыку.	07.30 - 08.40
<i>Подготовка к завтраку. Уплотненный завтрак.</i>	08.40 - 09.00
Прогулка. Самостоятельная деятельность детей, развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам, трудовая деятельность, двигательная активность, поддержка индивидуальности ребенка. Физминутки.	09.00 - 11.35
<i>Второй завтрак.</i>	10.30 – 10.45
<i>Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Обед</i>	11.35 -12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон	12.30 -15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, питьевой режим. Самостоятельная деятельность детей.	15.00 -16.00
<i>Подготовка к полднику. Уплотненный полдник</i>	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, игровые упражнения, поддержка индивидуальности ребенка, совместная образовательная деятельность детей и взрослых. Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.30 – 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.40
Подготовка ко сну, закаливание, ночной сон	20.40 - 06.30