РЕЖИМ ДНЯ

в летний период года для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет.

Время	Основная деятельность
7:00 - 8:00	Подъем детей, утренняя гимнастика (на улице)
8:00 - 8:30	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак.
8:30 - 10:00	Совместная деятельность.
10:00 - 10:10	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак.
10:10 - 12:30	Подготовка к прогулке, прогулка.
12:30 - 13:00	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду, обед.
13:00 - 15:30	Подготовка ко сну, сон
15:15 - 15:30	Постепенный подъем, гимнастика, игры
15:30 - 15:40	Подготовка к полднику, полдник.
15:40 - 16:00	Совместная деятельность, подготовка к прогулке.
16:00 - 17:20	Прогулка Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
17:20 - 17:40	Подготовка к ужину, Ужин.
17:40 - 19:00	Совместная деятельность, прогулка.
19:00 - 20:00	Игры, самостоятельная деятельность детей.
20:00 - 21:00	Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну. Сон.