**Режим дня (теплый период)**

**1 группа раннего возраста**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Режимные процессы** | **Время** | |
| **1.0 – 1.6** | **1.6 – 2.0** |
| **Дома:**   * Подъем, утренний туалет | 6.00-7.00 | 6.00-7.00 |
| **В дошкольном учреждении:**   * Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность | 6.30-8.00 | 6.30-8.00 |
| * Подготовка к завтраку, завтрак | 7.30-8.10 | 7.30-8.10 |
| * Совместная и самостоятельная деятельность * Физическое развитие (В, Ч.) | 8.10-8.30  8.10-8.20 | 8.10-8.30  8.20-8.30 |
| * Подготовка к прогулке, прогулка | 8.30-9.30 | 8.30-11.00 |
| * Возвращение с прогулки | 9.30-10.00 | - |
| * Второй завтрак | 10.00-10.05 | 10.00-10.05 |
| * Подготовка ко сну, первый сон | 10.05-12.00 | - |
| * Возвращение с прогулки | - | 11.00-11.30 |
| * Подготовка к обеду, обед | - | 11.30-12.00 |
| * Постепенный подъем, воздушные процедуры, обед | 12.00-12.30 | - |
| * Подготовка ко сну, дневной сон | - | 12.00-15.00 |
| * Совместная и самостоятельная деятельность | 12.30-14.10 | - |
| * Подготовка ко сну, второй сон | 14.10-15.20 | - |
| * Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.40 | 15.00-15.40 |
| Совместная и самостоятельная деятельность | 15.40-16.10 | 15.40-16.10 |
| * Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 16.10-17.00 | 16.10-17.00 |
| **Дома**:   * Прогулка, возвращение с прогулки | 17.00-18.30 | 17.00-18.30 |
| * Подготовка к ужину, ужин | 18.30-19.00 | 18.30-19.00 |
| * Спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.00-20.30 | 19.00-20.30 |
| * Ночной сон | 20.30-7.00 | 20.30-7.00 |