**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.)
 | 8.10-8.308.10-8.20 | 8.10-8.308.20-8.30 |
| * 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 |