

Утверждаю
Заведующая МБДОУ
«Нижнеомский детский сад № 1»
Н.Г. Керносова
«31» августа 2015 г. приказ № 21



Распорядок и режим дня в МБДОУ «Нижнеомский детский сад № 1»

Примерный режим дня в 1-й младшей группе

<i>Группа раннего возраста. Холодный период (сентябрь-май)</i>		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
<i>Дома</i>		
7.30- 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
<i>В дошкольном учреждении</i>		
8.30 – 8.50	«Здравствуйте!» «Минутки игры» Индивидуальная работа с детьми	Прием детей Игровая деятельность детей
8.50-8.55	«Минутки бодрости»	Утренняя гимнастика
8.55- 9.00	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.00 – 9.20	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение культуре еды
9.20 – 9.30	«Минутки игры»	Игровая деятельность детей
9.30- 10.00	«Минутки познания»	Организация совместной деятельности по основным образовательным областям
10.00- 11.15	Подготовка к прогулке Прогулка Возвращение с прогулки	Обучение навыкам самообслуживания Двигательная активность
11.15 – 11.40	«Моем с мылом чисто – чисто» «Минутки игры»	Воспитание культурно-гигиенических навыков, игры детей
11.40 – 12.20	Подготовка к обеду «Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать приборы, культуре еды
12.20 – 12.30	Подготовка ко сну	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение навыкам самообслуживания
12.30 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна, сон с использованием музыкотерапии.
15.00 – 15.20	«Минутки бодрости»	Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие мероприятия
15.20 – 15.40	«Минутки познания»	Организация совместной деятельности по основным образовательным областям
15.40 – 15.45	Подготовка к полднику	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение навыкам самообслуживания
15.45 – 16.00	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать приборы, культуре еды
16.00 – 16.30	Индивидуальная работа воспитателя с детьми, игры	Деятельность по интересам
16.30 – 16.45	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
16.45 – 17.30	Час свежего воздуха	Прогулка (в зависимости от погодных

19.00 – 21.00	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиенических навыков Игровая деятельность детей
21.00- 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна

<i>Группа раннего возраста. Теплый период (июнь-август)</i>		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
<i>Дома</i>		
7.30- 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
<i>В дошкольном учреждении</i>		
8.30 – 8.50	«Здравствуйте!» «Минутки игры» Индивидуальная работа с детьми	Прием детей Игровая деятельность детей
8.50 – 8.55	«Минутки бодрости»	Утренняя гимнастика
8.55 – 9.00	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.00 – 9.15	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение культуре еды
9.15 – 9.30	«Минутки игры»	Игровая деятельность детей
9.30 - 9.45	Подготовка к прогулке	Обучением навыкам самообслуживания
9.45 –11.30	Прогулка «Минутки познания»	Двигательная активность (воздушные и солнечные процедуры) Занимательная деятельность по образовательным областям (музыка, физическое развитие)
11.30 – 11.45	Возвращение с прогулки «Моем с мылом чисто – чисто»	Игры детей Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков (водные процедуры)
11.45 – 12.15	«Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать приборы, культуре еды
12.15 – 12.30	Подготовка ко сну	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение навыкам самообслуживания
12.30 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна, сон с использованием музыкотерапии.
15.00 – 15.20	«Минутки бодрости»	Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие мероприятия
15.20 – 15.40	Игры Индивидуальная работа с детьми	Деятельность по интересам
15.40 – 15.45	Подготовка к полднику	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение навыкам самообслуживания
15.45 – 16.00	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать приборы, культуре еды
16.00 – 16.15	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
16.15– 17.30	Прогулка, игры Индивидуальная работа с детьми «До свидания!»	Двигательная активность детей Деятельность детей по интересам Уход детей домой
<i>Дома</i>		

18.00- 19.00	Прогулка	Двигательная активность
19.00 – 21.00	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиенических навыков Игровая деятельность детей
21.00- 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна

Примерный режим дня во 2-й младшей группе

<i>2 младшая группа (3-4 года). Холодный период (сентябрь-май)</i>		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
<i>Дома</i>		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
<i>В дошкольном учреждении</i>		
8.30 – 8.50	«Здравствуйте!» «Минутки игры» Индивидуальная работа с детьми	Прием детей Игровая деятельность детей Чтение песенок, потешек, деятельность детей по интересам
8.50 – 8.56	«Минутки бодрости»	Утренняя гимнастика
8.56 – 9.00	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.00 – 9.20	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение культуре еды
9.20 – 9.30	«Минутки игры»	Игровая деятельность детей
9.30- 9.55	«Минутки познания»	Организация совместной деятельности по основным образовательным областям
9.55 – 10.05	«Минутки шалости»	Игры на снятие эмоционального напряжения
10.05 – 11.40	Подготовка к прогулке Прогулка	Обучением навыкам самообслуживания Двигательная активность
11.40 – 12.00	Возвращение с прогулки «Моем с мылом чисто – чисто»	Игры детей Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков
12.00 – 12.30	«Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать приборы, культуре еды
12.30 – 12.45	Подготовка ко сну	ВКГН. Обучение навыкам самообслуживания
12.45 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна, сон с использованием музыкотерапии.
15.00 – 15.10	Минутки бодрости	Постепенный подъем, гимнастика после сна
15.10 – 15.25	«Минутки познания»	Организация совместной деятельности по основным образовательным областям
15.25 – 15.50	«Как интересно все вокруг» Индивидуальная работа с детьми	Познавательная игротека, деятельность по интересам
15.50 – 16.00	Подготовка к полднику	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение навыкам самообслуживания
16.00 – 16.15	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать приборы, культуре еды
16.15 – 16.30	Игры	Проведение дидактических игр

16.30 – 16.45	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
16.45-17.30	Час свежего воздуха	Прогулка
До 17.30	«До свидания!»	Уход детей домой
<i>Дома</i>		
17.30 – 19.00	Прогулка	Двигательная активность
19.00 – 21.30	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиенических навыков, игровая деятельность детей
21.30 – 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна

<i>2 младшая группа (3-4 года). Теплый период (июнь-август)</i>		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
<i>Дома</i>		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
<i>В дошкольном учреждении</i>		
8.30 – 8.50	«Здравствуй!» Минутки игры Индивидуальная работа с детьми	Прием детей (на улице) Игровая деятельность детей Чтение песенок, потешек, деятельность детей по интересам
8.50 – 8.56	«Минутки бодрости»	Утренняя гимнастика
8.56 – 9.00	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.00 – 9.20	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение культуре еды
9.20 – 9.30	Минутки игры	Игровая деятельность детей
9.30- 9.45	Подготовка к прогулке	Обучением навыкам самообслуживания
9.45 – 11.40	Прогулка «Минутки познания»	Двигательная активность (воздушные и солнечные процедуры) Формы работы по образовательным областям (музыка, физическое развитие)
11.40 – 12.00	Возвращение с прогулки «Моем с мылом чисто – чисто»	Игры детей Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков (водные процедуры)
12.00 – 12.30	«Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать приборы, культуре еды
12.30 – 12.45	Подготовка ко сну	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение навыкам самообслуживания
12.45 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна, сон с использованием музыкотерапии.
15.00 – 15.20	«Минутки бодрости»	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры. Обучение навыкам самообслуживания
15.20 – 15.50	«Как интересно все вокруг» Индивидуальная работа с детьми	Деятельность по интересам
15.50 – 16.00	Подготовка к полднику	Воспитание культурно-гигиенических

		навыков
16.00 – 16.15	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать приборы, культуре еды
16.15 – 16.30	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
16.30 – 17.30	Прогулка, игры «До свидания!»	Двигательная активность Работа с родителями Уход детей домой
Дома		
17.30- 19.00	Прогулка	Двигательная активность
19.00 – 21.30	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиенических навыков, игровая деятельность детей
21.30- 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна

Примерный режим дня в средней группе

<i>Средняя группа (4 – 5 лет). Холодный период (сентябрь-май)</i>		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
Дома		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
В дошкольном учреждении		
8.30 – 8.45	«Здравствуй!» «Минутки игры» Индивидуальная работа с детьми «Встреча с природой»	Прием детей Игровая деятельность детей по интересам Чтение песенок, потешек, деятельность детей по интересам Совместная деятельность воспитателя с детьми в Уголке природы
8.45-8.51	«Минутки бодрости»	Утренняя гимнастика
8.51 – 9.20	Подготовка к завтраку Завтрак	Воспитание культурно-гигиенических навыков Обучение культуре еды
9.20 – 9.30	«Минутки игры»	Игровая деятельность детей
9.30 – 10.20	«Минутки познания»	Организация совместной деятельности по основным образовательным областям
10.20 – 10.40	Подготовка к прогулке	Обучением навыкам самообслуживания
10.40 – 11.45	Прогулка	Двигательная активность
11.45 – 12.00	Возвращение с прогулки	Самостоятельная игровая деятельность, воспитание культурно-гигиенических навыков
12.00 – 12.40	Подготовка к обеду. Обед	Воспитание культуры еды
12.40 – 13.00	Подготовка ко сну	Обучение навыкам самообслуживания
13.00 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Сон с использованием музыкотерапии и чтением произведений художественной литературы.
15.00 – 15.20	«Минутки бодрости»	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры. Обучение навыкам самообслуживания
15.20 – 15.55	«Как интересно все вокруг» или	Познавательная игротка, деятельность по

	занимательная деятельность	интересам детей
15.55 – 16.15	Подготовка к полднику Полдник	Воспитание культуры еды
16.15 – 16.30	Игры	Самостоятельная игровая деятельность
16.30 – 16.45	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
16.45 – 17.30	Прогулка, игры «До свидания!»	Двигательная активность Работа с родителями Уход детей домой
<i>Дома</i>		
17.30 – 19.00	Прогулка	Двигательная активность
19.00 – 21.30	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиенических навыков, игровая деятельность детей
21.30 – 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна

<i>Средняя группа (4-5 лет). Теплый период (июнь-август)</i>		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
<i>Дома</i>		
7.30- 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
<i>В дошкольном учреждении</i>		
8.30 – 8.45	«Здравствуйте!» «Минутки игры» Индивидуальная работа с детьми «Минутки бодрости»	Прием детей (на улице) Игровая деятельность детей Деятельность детей по интересам
8.45 – 8.51	«Минутки бодрости»	Утренняя гимнастика
8.51 – 9.15	Подготовка к завтраку Завтрак	Воспитание культурно-гигиенических навыков Обучение культуре еды
9.15 – 9.30	Игры	Дидактические игры (по различным видам деятельности)
9.30 – 9.40	Подготовка к прогулке	Обучением навыкам самообслуживания
9.40 – 11.50	Прогулка «Минутки познания»	Двигательная активность (воздушные и солнечные процедуры) Формы работы по образовательным областям (музыка, физическое развитие)
11.50 – 12.10	Возвращение с прогулки Подготовка к обеду	Игры детей Воспитание культурно-гигиенических навыков (водные процедуры)
12.10 – 12.40	Обед	Обучение правильно держать приборы, культуре еды
12.40 – 13.00	Подготовка ко сну	Обучение навыкам самообслуживания
13.00 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна, сон с использованием музыкотерапии и чтением произведений художественной литературы.
15.00 – 15.20	«Минутки бодрости»	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры. Обучение

		навыкам самообслуживания
15.20 – 15.55	«Как интересно все вокруг»	Деятельность детей по интересам
15.55 – 16.00	Подготовка к полднику	ВКГН
16.00 – 16.15	Полдник	Обучение правильно держать приборы, культуре еды
16.15 – 16.30	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
16.30 – 17.30	Прогулка, игры «До свидания!»	Двигательная активность Игровая деятельность Работа с родителями Уход детей домой
<i>Дома</i>		
17.30- 19.00	Прогулка	Двигательная активность
19.00 – 22.00	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиенических навыков, игровая деятельность детей
22.00 – 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна

Примерный режим дня в старшей группе

<i>Старшая группа (5-6 лет). Холодный период (сентябрь-май)</i>		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
<i>Дома</i>		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
<i>В дошкольном учреждении</i>		
8.30 – 8.51	«Здравствуйте» Игры	Прием детей Игры по интересам Индивидуальная работа с детьми
	Гимнастика для язычка «Встреча с природой»	Формирование ЗКР Совместная и самостоятельная деятельность детей в уголке природы
8.51 – 8.59	«В здоровом теле – здоровый дух»	Утренняя гимнастика
8.59 – 9.15	Завтрак	Воспитание культуры еды
9.15 – 9.30	«Минутки игры»	Игровая пауза Подготовка к занимательной деятельности
9.30 – 10.30	Занимательная деятельность	Организация совместной деятельности по основным образовательным областям
10.30- 12.10	Подготовка к прогулке Прогулка Возвращение с прогулки	Навыки самообслуживания Двигательная активность ВКГН
12.10 – 12.35	Подготовка к обеду. Обед	Воспитание культуры еды
12.35 – 13.00	Подготовка ко сну	Обучение навыкам самообслуживания
13.00 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Сон с использованием музыкотерапии и чтением произведений художественной литературы.
15.00 – 15.15	«Минутки бодрости»	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры. Закрепление навыков самообслуживания

15.15 – 15.55	«Как интересно все вокруг» или занимательная деятельность	Познавательная игротека, деятельность по интересам детей
15.55 – 16.10	Подготовка к полднику Полдник	Воспитание культуры еды
16.10 – 16.30	Игры	Самостоятельная игровая деятельность
16.30 – 16.45	Подготовка к прогулке	Закрепление навыков самообслуживания
16.45 – 17.30	Прогулка Игры Уход детей домой	Самостоятельная игровая деятельность. Игры по интересам Работа с родителями
Дома		
17.30 – 19.00	Прогулка	Двигательная активность
19.00 – 22.00	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиенических навыков, игровая деятельность детей
22.00 – 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна
Старшая группа (5 -6 лет). Теплый период (июнь-август)		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
Дома		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
В дошкольном учреждении		
8.30 – 8.51	«Здравствуйте!» «Минутки игры»	Прием детей (на улице) Самостоятельная игровая деятельность детей
8.51 – 8.59	«В здоровом теле – здоровый дух»	Утренняя гимнастика
8.59 – 9.15	Завтрак	Обучение культуре еды
9.15 – 9.30	Игры	Дидактические игры (по различным видам деятельности)
9.30 – 9.40	Подготовка к прогулке	Обучением навыкам самообслуживания
9.40 – 12.10	Прогулка «Минутки познания»	Двигательная активность (воздушные и солнечные процедуры) Формы работы по образовательным областям (музыка, физическое развитие)
12.10 – 12.20	Возвращение с прогулки Подготовка к обеду	Игры детей Воспитание культурно-гигиенических навыков (водные процедуры)
12.20 – 13.00	Обед Подготовка ко сну	Культура еды Навыки самообслуживания
13.00 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна, сон с использованием музыкотерапии и чтением произведений художественной литературы.
15.00 – 15.15	«Минутки бодрости»	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры. Навыки самообслуживания
15.15 – 15.55	«Как интересно все вокруг»	Деятельность по интересам
15.55 – 16.00	Подготовка к полднику	Воспитание культурно-гигиенических

		навыков
16.00 – 16.10	Полдник	Культура еды
16.10 – 16.20	Подготовка к прогулке	Навыки самообслуживания
16.20 – 17.30	Прогулка, игры Уход детей домой	Самостоятельная игровая деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями
Дома		
17.30 – 19.00	Прогулка	Двигательная активность
19.00 – 22.00	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиеническим навыкам, игровая деятельность детей
22.00 – 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна

Примерный режим дня в подготовительной к школе группе

<i>Подготовительная группа (6-7 лет). Холодный период (сентябрь-май)</i>		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
Дома		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
В дошкольном учреждении		
8.30 – 8.59	«Здравствуйте!» Игры	Прием детей Игровая деятельность
	Гимнастика для язычка «Встреча с природой»	Формирование ЗКР Совместная и самостоятельная деятельность детей в уголке природы.
8.59 – 9.09	«В здоровом теле - здоровый дух!»	Утренняя гимнастика
9.09 – 9.20	Завтрак	Воспитание культуры еды
9.20 – 9.30	«Минутки игры»	Игровая пауза
9.30 – 10.50	Занимательная деятельность	Подготовка к занимательной деятельности Организация совместной деятельности по основным образовательным областям
10.50 – 12.20	Подготовка к прогулке Прогулка Возвращение с прогулки	Навыки самообслуживания Двигательная активность ВКГН
12.20 – 12.50	Подготовка к обеду. Обед	Воспитание культуры еды
12.50 – 13.00	Подготовка ко сну	Навыки самообслуживания
13.00 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Сон с использованием музыкотерапии и чтением произведений художественной литературы.
15.00 – 15.15	«Минутки бодрости»	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры. Самостоятельное одевание
15.15 – 15.55	«Как интересно все вокруг» или Занимательная деятельность	Познавательная игротка, деятельность по интересам детей
15.55 – 16.00	Подготовка к полднику	Культурно-гигиенические мероприятия
16.00 – 16.10	Полдник	Воспитание культуры еды

16.10 – 16.35	Игры	Самостоятельная игровая деятельность
16.35 – 16.45	Подготовка к прогулке	Навыки самообслуживания
16.45 – 17.30	Прогулка «До свидания!»	Двигательная активность Самостоятельная игровая деятельность Работа с родителями Уход детей домой
<i>Дома</i>		
17.30 – 19.00	Прогулка	Двигательная активность
19.00 – 22.00	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиенических навыков, игровая деятельность детей
22.00 – 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна

<i>Подготовительная группа (6-7 лет). Теплый период (июнь-август)</i>		
ВРЕМЯ	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СОДЕРЖАНИЕ
<i>Дома</i>		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	
8.00 – 8.30	Утренняя прогулка в детский сад	
<i>В дошкольном учреждении</i>		
8.30 – 8.59	«Здравствуйте!» «Минутки игры»	Прием детей (на улице) Самостоятельная игровая деятельность детей
8.59 – 9.09	«В здоровом теле – здоровый дух»	Утренняя гимнастика
9.09 – 9.20	Завтрак	Обучение культуре еды
9.20 – 9.30	Игры	Дидактические игры (по различным видам деятельности)
9.30 – 9.40	Подготовка к прогулке	Обучением навыкам самообслуживания
9.40 – 12.20	Прогулка «Минутки познания»	Двигательная активность (воздушные и солнечные процедуры) Формы работы по образовательным областям (музыка, физическое развитие)
12.20 – 12.30	Возвращение с прогулки Подготовка к обеду	Игры детей Воспитание культурно-гигиенических навыков (водные процедуры)
12.30 – 13.00	Обед Подготовка ко сну	Культура еды Навыки самообслуживания
13.00 – 15.00	«Тихо, тихо, сон идет...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна, сон с использованием музыкотерапии и чтением произведений художественной литературы.
15.00 – 15.15	«Минутки бодрости»	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры. Навыки самообслуживания
15.15 – 15.55	«Как интересно все вокруг»	Деятельность по интересам
15.55 – 16.00	Подготовка к полднику	Воспитание культурно-гигиенических навыков
16.00 – 16.10	Полдник	Культура еды
16.10 – 16.20	Подготовка к прогулке	Навыки самообслуживания

16.20 – 17.30	Прогулка, игры Уход детей домой	Самостоятельная игровая деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями
<i>Дома</i>		
17.30 – 19.00	Прогулка	Двигательная активность
19.00 – 22.00	Ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры	Воспитание культурно-гигиенических навыков, игровая деятельность детей
22.00 – 7.30	Укладывание, ночной сон	Создание благоприятной обстановки для сна