

**Режим дня на основной период.
(Сентябрь - май.)**

	Содержание	Время	Длительность прогулок и сна
1.	Приём, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика, индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.30	
2.	Подготовка к завтраку	8.30 – 8.50	
3.	Завтрак	8.50 – 9.10	
4.	Культурно – гигиенические процедуры	9.10 - 9.20	
5.	«Час интересных дел».	9.20 – 9.35	
6.	Самостоятельная игровая деятельность.	9.35 - 10.00	
7.	Подготовка к завтраку.2 – ой завтрак.	10.00 – 10.20	
8.	Культурно – гигиенические процедуры. Самостоятельная игра.	10.20 – 10.40	
9.	Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.40 – 11.50	1 час 10 мин.
10.	Подготовка к обеду. Обед.	11. 50 – 12.30	
11.	Подготовка к дневному сну. Сон.	12.30 – 15.00	2 часа 30 минут
12.	Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, игровая деятельность, подготовка к полднику	15.00 – 15.40	
13.	Полдник.	15.40 – 15.50	
14.	«Час интересных дел»: Досуговая/игровая деятельность.	15.50 – 16.05	
		16.20 – 16.35	
15.	Подготовка к ужину. Ужин.	16.35– 17.10	
16.	Культурно – гигиенические Процедуры.	17.10-17.20	
17.	Подготовка к прогулке. Прогулка.	17.20 – 20.00	2часа 40 минут