**Режим дня дома**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Утро | 8.00-8.20 | Подъем. Утренний туалет.  |
| 8.20-8.30 | Утренняя гимнастика |
| 8.30-9.00 | Завтрак |
| 9.00-9.50 | Игры ребенка |
| 9.50-10.00 | Образовательная деятельность |
| 10.00-10.30 | Физкультурный досуг |
| 10.30-11.30 | Свободная деятельность. Самостоятельные игры |
| 11.30-12.00 | Трудовая деятельность. Уборка игрушек |
| День | 12.00-12.30 | Обед |
| 12.30-13.00 | Подготовка ко сну |
| 13.00-15.00 | Дневной сон |
| 15.00-15.20 | Подъем. Водные и воздушные процедуры |
| 15.20-15.40 | Полдник |
| 15.40-16.20 | Просмотр тв передач |
| 16.20-17.00 | Игры. Творческая деятельность |
| Вечер | 17.00-18.30 | Физкультурный досуг. Подвижные игры |
| 18.30-19.00 | Ужин |
| 19.00-20.00 | Совместная деятельность, общение, чтение художественной литературы |
| 20.00-20.30 | Самостоятельная деятельность |
| 20.30-21.00 | Уборка игрушек |
| 21.00-21.30 | Водные процедуры. Подготовка ко сну |
| 21.30-8.00 | Сон |