

### Примерный режим дня 4-5 лет

8.00 - 8.30	Подъем , режимные процедуры
8.30 - 8.40	Утренняя гимнастика
8.40 - 9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00 - 9.30	Самостоятельная игра
9.30 - 9.50	Игры, досуги, образовательные мероприятия
9.50 - 10.10	2-ой завтрак (перекус)
10.10 - 10.20	Подготовка к прогулке
10.20 -12.20	Прогулка, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры
12.20 - 12.40	Возвращение с прогулки, водные процедуры Подготовка к обеду
12.40 - 13.00	Обед
13.0 - 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00 - 15.30	Постепенный подъём, подготовка к полднику
15.30 - 15.50	Полдник (легкий перекус)
15.50 - 16.30	Игры, досуги, образовательные мероприятия
16.30 -19.00	Подготовка к прогулке, прогулка
19.00 - 19.30	Ужин в кругу семьи
19.30 - 21.30	Игры, досуги, чтение
21.30 - 22.00	Подготовка ко сну, сон