

Примерный режим дня ребенка 6-7 лет

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Подъем, гигиенические процедуры утренняя гимнастика. Самостоятельная деятельность	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей.	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность, занятия с родителями	9.00-10.50
Второй завтрак	10.50-11.00
Совместная деятельность взрослого и ребенка	11.50-12.40
Самостоятельная деятельность	12.40-12.50
Подготовка к обеду, обед	12.50-13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15-15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15.40-16.40
Совместная деятельность взрослого и ребенка	18.00-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20-18.45
Самостоятельная деятельность	18.45-19.30
Водные процедуры. Воздушные ванны	19.30-20.00
Совместная деятельность взрослого и ребенка. Беседы	20.00-20.30
Чтение художественной литературы перед сном	20.30-20.50
Подготовка ко сну	20.50-21.00
Ночной сон	21.00-07.30