# Ежова О.Ю. [236-130-414]

**Примерный режим дня в летний период и на период адаптации для детей группы «Колокольчик»**

|  |  |
| --- | --- |
| Прием детей, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.05 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.05-8.50 |
| Самостоятельная деятельность, взаимодействие со взрослым | 8.50-9.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.30-11.15 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду | 11.15-11.40 |
| Обед | 11.40-12.20 |
| Спокойные игры, подготовка ко сну | 12.20-12.30 |
| Дневной сон | 12.30-15.00 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна | 15.00-15.15 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.15-15.50 |
| Взаимодействие со взрослым, подготовка к прогулке, прогулка | 15.50-18.00 |
| Санитарный час, уборка веранды | 18.00-19.00 |