

Режим дня дома.

8.00-8.30 Подъём. Утренний туалет. Утренняя гимнастика.

8.30-9.00 Завтрак.

9.00-9.20 Игры ребёнка.

9.20-10.00 Образовательная деятельность.

10.00-11.00 Физкультурный досуг.

11.00-12.00 Свободная деятельность, самостоятельные игры.

12.00-12.30 Обед.

12.30-13.00 Подготовка ко сну.

13.00-15.00 Полуденный сон.

15.00-15.30 Просмотр ТВ передач

15.30-16.00 Полдник.

16.00-17.00 Игры. Творческая деятельность.

17.00-19.00 Физкультурный досуг. Подвижные игры.

19.00-20.00 Совместная деятельность, общение, чтение—

20.00-20.30 Ужин.

20.30-21.30 Самостоятельная деятельность ребёнка.

21.30-22.00 Водные процедуры. Подготовка ко сну.

22.00-8.00 Сон.

