**Режим дня дома**

|  |  |
| --- | --- |
| 8:00-8:30 | Подъем. Утренний туалет. Утренняя гимнастика |
| 8:30-9:00 | Завтрак |
| 9:00-9:20 | Игры ребенка |
| 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 для детей (образовательных, развлекательных) |
| 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 ребенка |
| 21:30-22:00 | Водные процедуры, подготовка ко сну |
| 22:00-8:00 | Сон |