

ОРІЄНТОВНИЙ РЕЖИМ ДНЯ ДІТЕЙ
раннього віку та молодшого дошкільного віку
в осінній, зимовий, весняний періоди

Вид діяльності	Група №1 Ранній вік	Група №7 Молодший дошкільний вік
Поступовий підйом дітей, ранкова гімнастика	07.00-07.20	07.00-07.20
Культурно-гігієнічні процедури, підготовка до сніданку	07.20-07.40	07.20-07.40
Сніданок	07.40-08.20	07.40-08.20
Ігри	08.20-08.45	08.20-08.45
Підготовка до занять	08.45-09.00	08.45-09.00
Розвивальні заняття в асинхронному режимі	09.00-09.35	09.00-10.20
Підготовка до прогулянки	09.35-09.50	10.20-10.35
Вихід на вулицю	09.50-10.00	10.35-10.45
Прогулянка	10.00-11.15	10.45-11.55
Повернення з прогулянки	11.15-11.25	11.55-12.00
Культурно-гігієнічні процедури, підготовка до обіду	11.25-11.40	12.00-12.20
Обід	11.40-12.20	12.20-12.50
Денний сон	12.35-15.00	12.50-15.05
Поступовий підйом, гімнастика пробудження, повітряні та водні процедури	15.00-15.20	15.05-15.20
Полуденок	15.20-15.40	15.20-15.50
Ігри	15.40-16.10	15.40-16.10
Підготовка до прогулянки	16.10-16.25	16.10-16.25
Вихід на вулицю	16.25-16.30	16.25-16.30
Прогулянка	16.30- 18.00	16.30-18.00
Повернення з прогулянки	18.00-18.15	18.00-18.15
Малорухливі ігри	18.15-19.00	18.15-19.00
Вечеря	19.00-19.30	19.00-19.30
Самостійна діяльність	19.30-20.00	19.30-20.00
Культурно-гігієнічні процедури	20.00-20.30	20.00-20.30
Підготовка до сну	20.30-21.00	20.30-21.00
Сон	21.00	21.00

