



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ТБСУ СО СРЦ «Надежда»  
А.В. Луговская

**Режим дня  
для детей дошкольного возраста  
(3-6 лет)**

Подъем	07.55
Утренний туалет	08.00-08.20
Утренняя гимнастика	08.20-08.35
Завтрак	08.35-09.05
Образовательная деятельность на группе	09.10-09.25
Индивидуальная и групповая деятельность (занятия со специалистами)	09.25-10.15
Просмотр телепередач	10.20-10.30
Второй завтрак	10.40-10.55
Прогулка	11.10-12.30
Обед	12.40-13.30
Дневной сон	13.40-15.40
Полдник	16.00-16.15
Прогулка (подвижные игры)	16.30-18.00
Ужин	18.00-18.30
Просмотр телепередач	18.30-18.45
Самостоятельная деятельность (игры)	18.45-20.40
Паужин	20.40-21.00
Вечерний туалет	21.05-21.25
Ночной сон	21.30-07.55

**Занятия у специалистов по отдельному расписанию**