

11.10. - 11.20.	Закаливающие мероприятия <i>(в зависимости от климатических условий)</i>	Проход детей по «Тропе здоровья».
11.20. – 11.40.	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	Переодевание. Обучение навыкам самообслуживания. Гигиенические процедуры (мытьё ног). Обучение навыкам самообслуживания, воспитание культурно-гигиенических навыков. Беседа с детьми о соблюдении правил личной гигиены. Пальчиковая (зрительная, артикуляционная) гимнастика.
11.40. - 12.10.	Обед	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение правилам поведения за столом, навыкам пользования столовыми приборами и культуры еды. Полоскание рта и горла после еды.
12.10. - 15.00.	Подготовка ко сну. Дневной сон при открытых форточках <i>(в зависимости от климатических условий)</i>	Гигиенические процедуры. Обучение навыкам самообслуживания, воспитание культурно-гигиенических навыков. Релаксационные упражнения перед сном. Создание, поддержание тишины и благоприятной обстановки для сна. Использование классической, релаксационной музыки. Чтение художественной литературы. Сон.
15.00. - 15.30.	Постепенный подъём.	Оздоровительные (гимнастика пробуждения, самомассаж, хождение по массажным дорожкам для профилактики плоскостопия) и гигиенические процедуры. Термометрия с регистрацией в журнале учёта детей.
15.30. - 16.00.	Подготовка к полднику. Полдник	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение правилам поведения за столом, навыкам пользования столовыми приборами и культуры еды. Полоскание рта и горла после еды.
16.00. - 16.20.	Подготовка к прогулке. Выход на прогулку	Гигиенические процедуры. Переодевание. Обучение навыкам самообслуживания.
16.20. – 17.30.	Активное бодрствование детей во время прогулки	Подвижные игры. Самостоятельная деятельность детей. Занятия по интересам. Игры. Общение.
17.30.	Уход домой	Индивидуальное общение воспитателя с родителями детей. Регистрация в журнале учёта детей.