



РЕЖИМ ДНЯ

в первой младшей группе на холодный период года
(сентябрь-май)

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием, осмотр детей, индивидуальная и подгрупповая работа с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	7.00-9.00	2 часа
Утренняя зарядка	8.15 - 8.20	5 мин
Подготовка к завтраку	8.20 - 8.30	10 мин
1-й завтрак	8.30 - 8.50	20 мин
Самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.00	10 мин
1 занятие	9.00 - 9.10	10 мин
Динамическая пауза	9.10 - 9.20	10 мин
2 занятие	9.20 - 9.30	10 мин
Самостоятельная деятельность детей	9.40 – 10.10	30 мин
Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры	10.10-10.30	20 мин
2-й завтрак	10.30 – 10.40	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдение, игры, трудовые поручения, экспериментирование, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей	10.40 - 11.40	50 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, Подготовка к обеду	11.40- 11.50	20 мин
Обед	11.50 -12.20	30 мин
Подготовка ко сну, сон	12.20- 15.20	3 часа
Подъем, закаливающие и оздоровительные мероприятия, подготовка к полднику	15.20- 15.30	10 мин
Полдник	15.30- 15.50	20 мин
Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры	15.50- 16.10	20 мин
Самостоятельная деятельность детей	16.10 - 16.30	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30 - 19.00	2 часа 30 мин