



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в холодный период года**  
**во второй младшей группе ( 3-4 года )**  
**( с уплотненным ужином )**

Виды деятельности	Время	Длительность в
<b>В образовательном учреждении</b>		
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.00-08.10	70
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	10
Культурно-гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку.	08.20-08.30	10
1 Завтрак	08.30-08.45	15
Культурно-гигиенические процедуры.	08.45-9.00	15
Непрерывная образовательная деятельность	9.00 - 09.15 09.25- 09.40	15 15
Перерыв между непрерывной образовательной деятельностью	09.15-09.25	10
Подготовка к прогулке.	09.40-09.55	15
Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д. Возвращение с прогулки	09.55 – 10.45	50
Культурно-гигиенические процедуры 2 Завтрак	10.45-11.00	15
Игры. Общение. Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к обеду	11.00-11.50	50
Обед.	11.50 - 12.05	15
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну	12.05-12.15	10
Дневной сон	12.15-15.15	180
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.15-15.30	15
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.30-15.45	15
Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, индивидуальная работа и т.д.	15.45 – 16.45	60
Подготовка к прогулке.	16.45- 17.00	15
Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры	17.00 – 18.10	70
Возвращение с прогулки.	18.10 – 18.30	20
Самостоятельная деятельность, игры, общение по интересам. Постепенный уход домой.	18.30 – 19.00	30
Режим дома: прогулка спокойные игры, ужин, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон	19.00-20.00 20.00 – 20.40 20.40-06.30	60