



«Утверждаю»  
 И. С. Заведующего МАДОУ  
 «Детский сад №14»  
 В. Коломоец

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в холодный период года**  
**в разновозрастной первой младшей группе (2-4 года)**  
**(с уплотненным ужином)**

Виды деятельности	Время	Длительность
<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 (по подгруппам)	9.00 - 09.10 09.10- 09.20	10
Подготовка к прогулке.	09.20-09.40	20
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	09.40 - 10.40	60
Культурно-гигиенические процедуры 2 Завтрак	10.40-11.00	10
Игры. Общение. Самостоятельная деятельность детей	11.00-11.45	75
Обед.	11.45-12.00	15
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну	12.00-12.10	10
Дневной сон	12.10-15.10	180
Постепенный подъём. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.10-15.30	20
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.30-15.45	15
Непрерывная образовательная деятельность	15.45-15.55	10
Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, индивидуальная работа и т.д.	15.55 - 16.25	30
Подготовка к прогулке.	16.25 - 16.45	20
Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры.	16.45 - 17.45	60
Возвращение с прогулки	17.45 - 18.00	15
Самостоятельная деятельность, игры, общение по интересам. Постепенный уход домой.	18.00-19.00	60
Режим дома: прогулка, спокойные игры, ужин, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон	19.00-20.00 20.00 - 20.40 20.40-06.30	60