

*Режим дня для детей младшего дошкольного возраста
(холодный период)*

Виды деятельности в течение дня	Время	Длительность
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.15	5 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.35	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей	8.35-9.00	25 мин.
НОД	9.00-9.15 9.25-9.40	30 мин. (10мин. перерыв)
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.40	120 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.40-12.30	50 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	150 мин.
Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры.	15.00-15.20	20 мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	20 мин.
Игры, развлечения	15.40-16.00	20 мин.
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, подготовка к ужину	16.00-17.00	60 мин
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.20	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка	17.20-18.45	85 мин.
Возвращение с прогулки, игры	18.45-19.00	15 мин.