

Режим дня младшей группы (3-4 года)

Сезон года: холодный

Наименование	Содержание	Время
Утренний прием	✓ Осмотр детей, термометрия; ✓ Игры детей	06.30-08.00
Утренняя зарядка	✓ Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.00-08.10
Гигиенические процедуры	✓ Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами;	08.10-08.20
Завтрак	✓ Прием пищи; ✓ Гигиенические процедуры после приема пищи	08.20-08.40
Игры, подготовка к занятиям	✓ Игры, подготовка к занятиям	08.40-9.00
Образовательная нагрузка	✓ Занятия	09.00-09.40
Самостоятельная деятельность	✓ Отдых, игры	09.40-10.00
Второй завтрак	✓ Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; ✓ Прием пищи; ✓ Гигиенические процедуры после приема пищи	10.00-10.15
Прогулка, двигательная активность	✓ Подготовка к прогулке: переодевание; ✓ Прогулка: подвижные игры ✓ Возвращение с прогулки: переодевание	10.15-11.45
Обед	✓ Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; ✓ Прием пищи; ✓ Гигиенические процедуры после приема пищи	11.45-12.25
Дневной сон	✓ Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; ✓ Дневной сон; ✓ Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.25-15.30
Полдник	✓ Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; ✓ Прием пищи; ✓ Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность	✓ Индивидуальные занятия, создание условий для продуктивной деятельности и игр, Занятия по дополнительным образовательным программам	16.00-17.00
Прогулка, уход домой	✓ Подготовка к прогулке: переодевание; ✓ Прогулка	17.00-18.30