

Примерный режим дня (холодный период года) детей второй младшей группы дома

| Режимные процессы | время |
|---|---------------|
| Подъем | 7.55 |
| Утренняя гимнастика | 7.55 – 8.01 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.05 – 8.35 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.35 – 8.50 |
| Занятия | 1)8.50 – 9.05 |
| | 2)9.15 – 9.30 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак | 9.05 – 9.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.30 – 11.00 |
| Возвращение с прогулки | 11.00 – 11.15 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.15 – 11.50 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 11.50 – 14.35 |
| Постепенный подъем, возд./ водн. процедуры, игры | 14.35 – 15.15 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.15 – 15.55 |
| Игры, совместная и самостоятельная деятельность | 15.55 – 16.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры на прогулке | 16.15 – 18.30 |
| Возвращение с прогулки, спокойные игры | 18.30 – 18.50 |
| Подготовка к ужину, легкий ужин | 18.50 – 19.10 |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.10 – 20.00 |
| Подготовка ко сну, ночной сон | 20.00 |