

Примерный режим дня II младшей группы №05 «Колосок» на холодный период

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, взаимодействие с семьей	7.00-8.20
Утренняя гимнастика (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.00-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.07-8.30
Самостоятельная деятельность	8.30-9.00
Образовательная деятельность	9.00 - 09.45
Дополнительный завтрак (сок, фрукты)	9.39-10.00
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.00-10.20
Прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.20-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, чтение.	11.30-12.05
Обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.05-12.30
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.30-12.50
Дневной сон (перед засыпанием слушание релаксационной музыки)	12.50-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.07-15.30
Самостоятельная деятельность	15.30-16.00
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.00-16.10
Прогулка	16.10-16.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.45-17.15
Ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	17.15-17.30
Самостоятельная деятельность	17.30-18.45
Уход домой, взаимодействие с семьей	18.45-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Ночной сон	20.30-6.30