



**Режим дня детей II младшей группы  
(на период: осень – зима - весна)**

<b>Возраст детей 3-4 года</b>	<b>Холодный период</b>
<b>Самостоятельная деятельность детей</b> (игровая, двигательная, продуктивная)	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	08.50 - 09.00
<b>НОД</b> (общая длительность, включая перерывы)	09.00 – 10.00
Динамическая пауза, второй завтрак	10.00 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 – 11.50
Возвращение с прогулки	11.50 - 12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05 - 12.35
Подготовка ко сну	12.35 - 12.45
Дневной сон	12.45 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры, игры.	15.00 - 15.25
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	15.25 - 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 - 16.00
<b>Самостоятельная деятельность</b>	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 - 19.00



**Режим дня детей II младшей группы  
(щадящий режим)**

<b>Возраст детей 3-4 года</b>	<b>Для ослабленных и после болезни детей</b>
<b>Самостоятельная деятельность детей</b> (игровая, двигательная, продуктивная)	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	08.10-08.18
Подготовка к завтраку, завтрак	08.18-08.40
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	08.40-09.00
<b>НОД</b> (общая длительность, включая перерывы) (физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем за утомляемостью ребенка, бассейн – 1-2 недели мед. отвод.)	09.00-10.00
Динамическая пауза, второй завтрак	10.00-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка(первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке)	10.15-11.50
Возвращение с прогулки	11.50-12.05
Подготовка к обеду, обед (первыми начинают обедать)	12.05-12.35
Подготовка ко сну	12.35-12.45
Дневной сон (первыми укладывают, последними поднимают)	12.45-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры, игры (щадящий режим).	15.00-15.20
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-16.00
<b>Самостоятельная деятельность</b>	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 – 19.00