

Утверждаю

М.Г. Баженова  
заведующий Детским садом № 8  
приказ № 138 от 30.08.2022г.

**Режим дня  
детей первой младшей группы  
(холодный период)**

| Время         | Режимный момент  | Организованные формы  | Длительность, мин   |
|---------------|--|-----------------------|---------------------|
| 7.00 – 7.50   | Прием детей свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа /Взаимодействие с родителями             | ВЗсР<br>САМ Д и СОВ Д | 50 мин              |
| 7.50 – 8.00   | Часть, формируемая участниками ОП<br>Минуты здоровья и безопасности  | СОВ Д                 | 10 мин              |
| 8.00 – 8.05   | Утренняя гимнастика  | СОВ Д                 | 5 мин               |
| 8.05 – 8.30   | Подготовка к завтраку, завтрак   | РМ                    | 25 мин              |
| 8.30 – 9.00   | Часть, формируемая участниками ОП<br>Игротерапия, песочная терапия, арт-терапия, су-джок терапия, дыхательная гимнастика | СОВ Д                 | 30 мин              |
| 9.00 – 9.30   | Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)<br>Игровая деятельность / двигательная активность               | НОД<br>СОВ Д          | по 10 мин<br>20 мин |
| 9.30 – 9.55   | Совместная познавательно-игровая деятельность  | СОВ Д                 | 25 мин              |
| 9.55 – 10.10  | Подготовка к прогулке  | РМ                    | 15 мин              |
| 10.10 – 11.20 | Дневная прогулка   | СОВ Д                 | 70 мин              |
|               | Наблюдение   | СОВ Д                 | 5 мин               |
|               | Часть, формируемая участниками ОП<br>Оздоровительные игры  | СОВ Д                 | 10 мин              |
|               | Совместная с/р игры  | СОВ Д                 | 25 мин              |
|               | Игровая деятельность   | САМ Д                 | 20 мин              |
|               | Подвижные игры   | СОВ Д                 | 10 мин              |
| 11.20 – 11.35 | Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры  | РМ                    | 15 мин              |
| 11.35 – 12.00 | Обед   | РМ                    | 25 мин              |
| 12.00 – 15.00 | Подготовка ко сну. Дневной сон   |                       | 180 мин             |
| 15.00 – 15.05 | Подъем. Гимнастика пробуждения с элементами дыхательной гимнастики   | РМ                    | 5 мин               |
| 15.05 – 15.20 | Часть, формируемая участниками ОП<br>Оздоровительная ходьба, корректирующая гимнастика                                   | СОВ Д                 | 15 мин              |
| 15.20 – 15.35 | Одевание. Подготовка к полднику.   | РМ                    | 15 мин              |
| 15.35 – 16.00 | Полдник  | РМ                    | 25 мин              |
| 16.00 - 16.10 | Часть, формируемая участниками ОП<br>(чтение, минутки познания)  | СОВ Д                 | 10 мин              |
| 16.10 – 16.30 | Самостоятельная игровая деятельность   | САМ Д                 | 20 мин              |
| 16.30 – 17.00 | Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)<br>Игровая деятельность /двигательная активность                | НОД<br>СОВ Д          | по 10 мин<br>20 мин |
| 17.00 – 17.15 | Подготовка к прогулке  | РМ                    | 15 мин              |
| 17.15 – 19.00 | Прогулка.<br>Уход домой / /Взаимодействие с родителями   | САМ Д, СОВ Д<br>ВЗсР  | 105 мин             |
| Итого         |  |                       | 540 мин             |
|               | Время на реализацию обязательной части   |                       | 465 мин             |
|               | Время на реализацию части, формируемой участниками образовательных отношений   |                       | 75 мин              |