

Утверждено  
Заведующий  
МАДОУ ЦРР детский сад № 7  
Э.Р. Баженова  
Приказ №143-а от 30 мая 2025 г.

Длительность пребывания детей в ДОУ: 12 часов  
Сезон года: Холодный период

### Режим дня первой младшей группы (2-3 года)

|               |                                                                                                                                                                                                               |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.10   | Утренний прием (осмотр детей, термометрия, игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)                                                                                                         |
| 8.10 – 8.20   | Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарем и без него)                                                                                                                                             |
| 8.20 – 8.50   | Подготовка к завтраку, завтрак; гигиенические процедуры после приема пищи                                                                                                                                     |
| 8.50 – 9.00   | Самостоятельная деятельность в игровых центрах, индивидуальная работа                                                                                                                                         |
| 9.00 – 9.10   | Занятие                                                                                                                                                                                                       |
| 9.10 – 9.20   | Перерыв. Физкультурные минутки                                                                                                                                                                                |
| 9.20 – 9.30   | Занятие                                                                                                                                                                                                       |
| 9.30 – 9.50   | Самостоятельная деятельность в игровых центрах                                                                                                                                                                |
| 9.50 – 10.00  | Второй завтрак                                                                                                                                                                                                |
| 10.00 – 11.15 | Подготовка к прогулке, прогулка <b>(1 час 15 минут)</b><br>(совместная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе, наблюдения; физкультминутки, подвижные игры на детской площадке) |
| 11.15 – 11.30 | Возвращение с прогулки, подготовка к обеду                                                                                                                                                                    |
| 11.30 – 12.00 | Обед; Гигиенические процедуры после приема пищи                                                                                                                                                               |
| 12.00 – 15.00 | Подготовка ко сну, дневной сон <b>(3 часа)</b>                                                                                                                                                                |
| 15.00 – 15.20 | Постепенный подъем, воздушные процедуры                                                                                                                                                                       |
| 15.20 – 15.40 | Подготовка к полднику, полдник, гигиенические процедуры после приема пищи                                                                                                                                     |
| 15.40 – 15.50 | Чтение художественной литературы                                                                                                                                                                              |
| 15.50 – 16.30 | Самостоятельная деятельность в игровых центрах, индивидуальная работа                                                                                                                                         |
| 16.30 – 17.00 | Подготовка к ужину, ужин, гигиенические процедуры после приема пищи                                                                                                                                           |
| 17.00 – 19.00 | Подготовка к прогулке, прогулка <b>(2 часа)</b><br>(игры, совместная деятельность, наблюдения; физкультминутки, подвижные игры на детской площадке)<br>Уход детей домой                                       |