

**Примерный распорядок дня
воспитанников первой младшей группы
(от 4 до 5 лет)**

Процессы жизнедеятельности	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.30
В учреждении дошкольного образования	
Прием, игры, утренняя гимнастика, гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 - 9.10
Занятия	9.10 - 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30 - 12.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду	12.20 - 12.30
Обед	12.30 - 13.10
Сон	13.10 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие мероприятия, самостоятельная двигательная деятельность, гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.00 - 15.35
Полдник	15.35 - 15.50
Игры, самостоятельная деятельность	15.50 - 16.30
Подготовка к прогулке	16.30 - 16.40
Прогулка	16.40 - 18.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину	18.10 - 18.25
Ужин	18.25 - 18.45
Уход детей домой	до 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 - 20.15
Возвращение с прогулки, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.15 - 20.45
Ночной сон	20.45 - 6.30 (7.30)