**Примерный режим дня детей младшей группы**

**в домашних условиях**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные процессы** | **Время** |
| Пробуждение, утренняя зарядка,  водные процедуры,  умывание  | 7:00 – 8:00 |
| Завтрак | 8:00 – 9:10 |
| Игры и занятия дома | 9:10 – 10:00 |
| Подвижные игры (при открытом окне или на веранде) | 10:00 – 12:20 |
| Обед | 12:20 – 13:20 |
| Дневной сон | 13:20 – 15:30 |
| Свободное время для спокойных игр и приготовления к полднику  | 15:00 – 16:00 |
| Полдник | 16:00 – 16:30 |
| Подвижные игры | 16:30 – 18:30 |
| Ужин | 18:30 – 19:00 |
| Самостоятельная деятельность детей (спокойные игры, настольные игры) | 19:00 – 21:00 |
| Гигиенические процедуры, ночной сон | 21:00 – 7:00 |