

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 110  
Т.Б. Боглаева

**Режим дня в холодный период года (сентябрь-май)  
для детей младшей группы (3-4 года)**

| Режимные мероприятия                            |                                    |
|-------------------------------------------------|------------------------------------|
| Приним детей;                                   | 7 <sup>00</sup> -8 <sup>00</sup>   |
| Самостоятельная деятельность детей              | (60 мин)                           |
| Утренняя гимнастика                             | 8 <sup>05</sup> -8 <sup>10</sup>   |
|                                                 | (5 мин)                            |
| Пальчиковая, артикуляционная гимнастика         | 8 <sup>10</sup> -8 <sup>20</sup>   |
|                                                 | (10 мин)                           |
| Подготовка к завтраку,<br><b>ЗАВТРАК</b>        | 8 <sup>20</sup> -8 <sup>40</sup>   |
|                                                 | (20 мин)                           |
| Самостоятельная деятельность детей              | 8 <sup>40</sup> -9 <sup>00</sup>   |
|                                                 | (20 мин.)                          |
| <b>ЗАНЯТИЕ №1</b>                               | 9 <sup>00</sup> -9 <sup>15</sup>   |
|                                                 | (15 мин.)                          |
| Самостоятельная деятельность детей              | 9 <sup>15</sup> -9 <sup>25</sup>   |
|                                                 | (10 мин)                           |
| <b>ЗАНЯТИЕ №2</b>                               | 9 <sup>25</sup> -9 <sup>40</sup>   |
|                                                 | (15 мин)                           |
| Самостоятельная деятельность детей              | 9 <sup>40</sup> -9 <sup>50</sup>   |
|                                                 | (10 мин)                           |
| Подготовка к прогулке                           | 9 <sup>50</sup> -10 <sup>00</sup>  |
|                                                 | (10 мин)                           |
| <b>ПРОГУЛКА</b>                                 | 10 <sup>00</sup> -12 <sup>00</sup> |
| Самостоятельная деятельность детей на прогулке  | (2 ч)                              |
|                                                 | 35 мин.                            |
| Самостоятельная деятельность детей              | 12 <sup>00</sup> -12 <sup>10</sup> |
|                                                 | (10 мин)                           |
| Подготовка к обеду                              | 12 <sup>00</sup> -12 <sup>25</sup> |
| <b>ОБЕД</b>                                     | (25 мин)                           |
| Подготовка ко сну                               | 12 <sup>25</sup> -12 <sup>40</sup> |
|                                                 | (15 мин)                           |
| <b>СОН</b>                                      | 12 <sup>40</sup> -15 <sup>00</sup> |
|                                                 | (2ч 20 мин)                        |
| Приним закаливающие процедуры                   | 15 <sup>00</sup> -15 <sup>10</sup> |
| Самостоятельная деятельность детей              | (10 мин)                           |
| Подготовка к полднику                           | 15 <sup>15</sup> -15 <sup>25</sup> |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                  | (10 мин)                           |
| <b>ЗАНЯТИЕ №3</b>                               | -                                  |
| Самостоятельная деятельность детей              | 15 <sup>25</sup> -16 <sup>25</sup> |
|                                                 | (60 мин)                           |
| Подготовка к ужину                              | 16 <sup>25</sup> -16 <sup>50</sup> |
| <b>УЖИН</b>                                     | (25 мин)                           |
| Подготовка к прогулке                           | 16 <sup>50</sup> -17 <sup>00</sup> |
|                                                 | (10 мин)                           |
| <b>ПРОГУЛКА</b>                                 | 17 <sup>00</sup> -19 <sup>00</sup> |
| Самостоятельная деятельность детей на прогулке; | (2 ч.)                             |
| Уход домой.                                     |                                    |