

**РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО**  
На Педагогическом Совете МБДОУ Д/С №3 «Аленушка» МО  
«Барышский район» 30.08.2023 Протокол №01

**УТВЕРЖДЕНО**  
Приказом № от 30.08.2023 Заведующий МБДОУ Д/С  
№3 «Аленушка» МО «Барышский район»  
Т.Ю. Сысоева.

**Режим дня Холодный период**  
**2 младшая группа «СОЛНЫШКО»**

<i>Дома</i>	<i>Время</i>
Подъём, утренний туалет	6.30 – 7.30

**В детском саду**

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	<ul style="list-style-type: none"><li>• Осмотр детей, термометрия</li><li>• игры детей;</li><li>• самостоятельная деятельность детей</li></ul>	07.00–08.00
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.00–08.12
Завтрак	Подготовка к приему пищи: <ul style="list-style-type: none"><li>• гигиенические процедуры, посадка детей за столами</li><li>• прием пищи</li><li>• гигиенические процедуры после приема пищи</li></ul>	08.12–08.50
Образовательная нагрузка	Занятие	08.50–09.05
Перерыв	Физкультурные минутки	09.05–09.15
Образовательная нагрузка	Занятие	09.15–09.30
Самостоятельная деятельность	Игры, самостоятельная деятельность по интересам детей	09.30–09.40
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: <ul style="list-style-type: none"><li>• гигиенические процедуры, посадка детей за столами</li><li>• прием пищи</li></ul> гигиенические процедуры после приема пищи	09.40–09.55
Образовательная нагрузка	Занятие	09.55-10.10
Прогулка, двигательная активность	<ul style="list-style-type: none"><li>• Подготовка к прогулке: переодевание;</li><li>• прогулка: подвижные игры;</li><li>• возвращение с прогулки: переодевание</li></ul>	10.10–11.30
Обед	<ul style="list-style-type: none"><li>• Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами</li><li>• прием пищи</li><li>• гигиенические процедуры после приема пищи</li></ul>	11.30–12.20

Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати Дневной сон Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.00–15.07
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами Прием пищи Гигиенические процедуры после приема пищи	15.07–15.35
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание Прогулка Самостоятельная	15.35–17.30

*Дома*

Ужин	17.30 – 18.30
Прогулка	18.30 – 19.30
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30 – 20.30
Ночной сон	20.30 – 6.30