

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ «Детский сад №42»  
М.В. Воронина  
№ 40/12 от « 31 » 2026г.

**Режим дня младшей группы общеразвивающей направленности  
на холодный период**

| Режимные моменты                                                                                                                            | Время                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>10,5 часов</b>                                                                                                                           |                         |
| Прием воспитанников, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, свободная игра                                                          | 07.00 – 07.50           |
| Утренняя гимнастика (группа)                                                                                                                | 07.50-08.00             |
| Гигиенические процедуры<br>Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                   | 08.00-08.50             |
| Занятия,<br>включая занятия со специалистами<br>(перерыв между занятиями не менее 10 мин., в том числе двигательные игры малой подвижности) | 08.45 – 09.45<br>5 мин. |
| Самостоятельная деятельность, игры, в том числе двигательные игры малой подвижности                                                         | 9.45-10.20<br>10 мин.   |
| Второй завтрак                                                                                                                              | 10.20-10.30             |
| Подготовка к прогулке<br>Прогулка,<br>в том числе игры средней и высокой подвижности<br>(двигательная деятельность)                         | 10.30-12.00<br>30 мин.  |
| Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры                                                                                             | 12.00 – 12.15           |
| Подготовка к обеду. Обед                                                                                                                    | 12.15 – 12.45           |
| Подготовка ко сну. Дневной сон                                                                                                              | 12.45 – 15.15           |
| Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры                                                                                  | 15.15 – 15.30           |
| Полдник                                                                                                                                     | 15.30 – 15.50           |
| Игры, в том числе двигательные игры малой подвижности, самостоятельная деятельность                                                         | 15.50 – 16.15<br>5 мин. |
| Подготовка к прогулке, прогулка,<br>в том числе игры средней и высокой подвижности<br>(двигательная деятельность)                           | 16.15-17.30<br>20 мин.  |
| Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)                                                     | До 17.30                |