УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
детский сад № 16
«Золотой ключик»
С.В. Бабаевская
« _____ » _____ 2024

Режим дня средней группы (4-5 лет)
Длительность пребывания детей в группе: 10 часов
Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.30-08.20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.20-08.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-09.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09.00-09.20
Перерыв	Физкультурные минутки	09.20-09.40
Образовательная нагрузка	Занятие	09.40-10.00
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.00-11.45
Самостоятельная деятельность	Отдых	11.45-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00-12.30
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.30-15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи. Кружок.	15:30-16.20
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	16.20-16.30
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.30-17.30