



Утверждено  
Заведующий  
детский сад № 7  
Э.Р. Баженова  
Приказ № 108-а от 30 мая 2024 г

Длительность пребывания детей в ДОУ: 12 часов  
Сезон года: Холодный период

### Режим дня средняя группа (4-5 лет)

7.00 – 8.10	Утренний прием (осмотр детей, термометрия, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа)
8.10 – 8.20	Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарем и без него)
8.20 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак; гигиенические процедуры после приема пищи
8.50 – 9.00	Самостоятельная деятельность в игровых центрах
9.00 – 9.20	Занятие
9.20 – 9.30	Перерыв. Физкультурные минутки
9.30 – 9.50	Занятие
9.50 – 10.00	Самостоятельная деятельность в игровых центрах
10.00 – 10.10	Второй завтрак
10.20 – 12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (1 час 40 минут) (совместная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе, наблюдения; физкультминутки, подвижные игры на детской площадке)
12.00 – 12.10	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду
12.10 – 12.30	Обед; Гигиенические процедуры после приема пищи
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон (2,5 часа)
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, воздушные процедуры
15.20 – 15.40	Подготовка к полднику, полдник, гигиенические процедуры после приема пищи
15.40 – 15.50	Чтение художественной литературы
15.50 – 16.40	Самостоятельная деятельность в игровых центрах, индивидуальная работа
16.40 – 17.10	Подготовка к ужину, ужин, гигиенические процедуры после приема пищи
17.10 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка (1 час 50 минут) (игры, совместная деятельность, наблюдения; физкультминутки, подвижные игры на детской площадке) Уход детей домой

Разработан в соответствии с СанПиН 1.2.3685-21



Утверждено  
Заведующий  
детский сад № 7  
Э.Р. Баженова  
Приказ №108-а от 30 мая 2024 г.

### Режим дня средняя группа (4-5 лет)

7.00-8.10	Встреча детей на участке, встреча с друзьями Проявление заботы и внимания о них.
8.10-8.20	Утренняя гимнастика на свежем воздухе
8.20-9.00	Беседы, привитие культурно-гигиенических навыков, игровая деятельность, художественно-речевая деятельность. Подготовка к завтраку. Завтрак.
9.00-11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдение, труд, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера, индивидуальная работа с детьми).
9.50-10.00	Второй завтрак
11.50-12.00	Возвращение с прогулки. Мытье ног.
12.00-12.30	Подготовка к обеду. Обед.
12.30-15.00	Подготовка ко сну. Сон.
15.00-15.20	Подъем. Гимнастика пробуждения. Гимнастика после дневного сна.
15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник.
15.40-16.40	Игры, досуги, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности
16.40-17.10	Подготовка к ужину. Ужин.
17.10-19.00	Прогулка (наблюдение, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера, индивидуальная работа с детьми).
до 19.00	Игры, уход домой.