

Утверждено
Заведующий
МАДОУ ЦРР детский сад № 7
Э.Р. Баженова
Приказ № 93-а от 27 мая 2026 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