

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ
 «Детский сад №6»
 Фролова И.И.



Режим дня для детей средней группы

(4–5 лет)

Холодный период года

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10 (10 мин)
Активное бодрствование детей (игры, самостоятельная деятельность, предметная деятельность и другое)	8.10-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30–9:00
Самостоятельная деятельность детей	9.00-9.25
Занятие 1	9.25-9.45 (20 мин)
Перерыв между занятиями Второй завтрак	9:45–10.00 (15 мин)
Занятие 2	10.00-10.20 (20 мин)
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:20–12:00 (1 ч. 40 мин)
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00 (2 ч.30 мин)
Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15:30–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое). Самостоятельная деятельность детей	16:00–16:30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.30-18.00 (1 ч. 30 мин)

Содержание	Время
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–9:00
Подготовка к прогулке, прогулка	9:00–9:15
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9:15–9:35 (20 мин)
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:35–9:45 (10 мин)
Второй завтрак	9.45–10.00
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 2	10.00–10:20 (20 мин)
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10:20–10:30
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10:30–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16:00–16:30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16:30–18:00