

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ «Детский сад № 14»
Н.В. Ольшанская
Приказ от _____ 2024 г. № _____ АХ

**Примерный режим дня
для детей средней группы (4-5 лет) в холодный период года**

	Режимные процессы /характер деятельности
07:00–07:45	Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры
07:45–07:55	Утренняя гимнастика, в том числе на свежем воздухе (для старшего дошкольного возраста)
07:55–08:10	Гигиенические процедуры, самообслуживание
08:10–08:45	Подготовка к приему пищи, Прием пищи № 1 (завтрак)
08:45–09:00	Самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время)
09:00–09:50	Организованная образовательная деятельность
09:50–10:10	Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)
10:10–10:35	Гигиенические процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке
10:35–12:05	Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры), в том числе игры средней и высокой подвижности
12:05–12:15	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание
12:15–12:50	Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)
12:50–15:35	Подготовка ко сну, дневной сон
15:35–15:45	Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА
15:45–16:05	Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (уплотненный полдник)
16:05–17.20	Совместная деятельность педагога с детьми (развитие речи, работа с книгой, ситуации общения, изодеятельность, работа в уголке природы, индивидуальная работа)
17:20–19:00	Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры), в том числе, игры средней и высокой подвижности
до 19:00	Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)

