



УТВЕРЖДАЮ
И.о.Заведующий МБДОУ
Михайловский детский сад
«Солнышко»
_____ Гармаш Л.В.

Приказ №150-о
от 01.09.2025 г.

**Режим дня средней группы (4-5 лет) в МБДОУ Михайловский детский сад
«Солнышко» на холодный период 2025-2026 учебный год.**

Установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20 условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования МБДОУ Михайловский детский сад «Солнышко».

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	- Осмотр детей, термометрия; - игры детей; - самостоятельная деятельность детей	07.30– 08.00
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.00– 08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: - гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - прием пищи; - гигиенические процедуры после приема пищи	08.20– 09.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09.00– 09.20
Перерыв	Физкультурные минутки	09.20– 09.40
Образовательная нагрузка	Занятие	09.40– 10.00

Самостоятельная деятельность	Игры по интересам детей	10.00–10.30
Второй завтрак	Подготовка к приёму пищи	10.30–10.50
Прогулка, двигательная активность	• Подготовка к прогулке: переодевание; • прогулка: подвижные игры; • возвращение с прогулки: переодевание	10.50–12.00
Обед	• Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; • прием пищи; • гигиенические процедуры после приема пищи	12.00–12:45
Дневной сон	1. Подготовка ко сну: • поход в туалет; • переодевание; • укладывание в кровати 1. Дневной сон. 2. Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.45–15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами Прием пищи Гигиенические процедуры после приема пищи	15:30–16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	16.00–16.10
Прогулка, уход домой	• Подготовка к прогулке: переодевание; • прогулка	16.10–18.00