



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
Михайловский детский сад
«Солнышко»
_____ Т.Н.Вострикова.

Приказ № 191-0
от 01.09.2026 г.

**Режим дня средней группы (4-5 лет) в МБДОУ Михайловский детский сад
«Солнышко» на холодный период 2026-2027 учебный год.**

Установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 , 2.4.3648-20и СанПин 2.3/2.4.4282-26 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