

Согласовано:
Медсестра МБДОУ ЦРР –
д/с № 65 «Улыбка»

Ушкалева С.А.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ ЦРР
- д/с № 65 «Улыбка»
города Ставрополя
С.В.Тетерина
Приказ № 73-ОД
от « 28 » августа 2025г.

**Режим дня
для детей средней группы (4-5 лет)
на 2025-2026 учебный год
(холодный период)**

Время	Длительность	Режимные моменты
07.00-08.00	1 час	Приём, утренний фильтр, игры
08.00-08.10	10 мин	Утренняя гимнастика
08.10-08.30	20 мин	Утренний круг
08.30-08.50	20 мин	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство
08.50-09.00	10 мин	Игры, подготовка к занятиям
09.00-09.50	50мин	НОД // Самостоятельная деятельность
09.50-10.20	30мин	Самостоятельная деятельность
10.20- 10.30	10 мин	Второй завтрак
10.30-12.00	1ч 30 мин	Подготовка к прогулке, прогулка
12.00-12.10	10 мин	Возвращение с прогулки, игры
12.10-12.30	20 мин	Подготовка к обеду, обед, дежурство
12.30-12.40	10 мин	Подготовка ко сну
12.40-15.10	2ч 30 мин	Чтение перед сном, дневной сон
15.10-15.30	20 мин	Постепенный подъем, физкультурно-оздоровительные процедуры
15.30-15.50	20 мин	Подготовка к полднику, полдник
15.50-16.30	40 мин	Игры, деятельность детей по интересам, чтение художественной литературы, конструктивно - модельная деятельность, самостоятельная деятельность детей
16.30-16.50	20 мин	Вечерний круг
16.50-18.20	1 ч. 30 мин	Подготовка к прогулке, прогулка
18.20-18.30	10 мин	Возвращение с прогулки
18.30-18.45	15 мин	Подготовка к ужину, ужин
18.45-19.00	15 мин	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой