


«Согласовано»

Старшая мед.сестра МБДОУ №76 «Ветерок»

 Полузкова В.С.

«М»  2026 г.

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ №76 «Ветерок»

 Мартынова Т. В.

«А»  2026 г.



РЕЖИМ ДНЯ
в средней группе №1 (4-5 лет)
теплый период года

Мероприятия	Время
Прием детей на участке (проведение термометрии; игры; общение с родителями; самостоятельная деятельность).	6.00 -8.00
Утренняя зарядка на прогулке.	7.50 - 8.00
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку(гигиенические процедуры, посадка детей за столами).	8.00 -8.20
Завтрак.	8.20 - 8.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность, тематические дни; музыкальные и спортивные праздники, досуги, экскурсии).	8.50 -11.35
Занятия на прогулке.	9.20-9.40
Подготовка ко второму завтраку (гигиенические процедуры, посадка детей за столами), второй завтрак; гигиенические процедуры после приема пищи.	9.40-9.55
Возвращение с прогулки, подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами.	11.35 - 11.50
Обед.	11.50 - 12.20
Гигиенические процедуры после приема пищи Подготовка ко сну (поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати).	12.20 - 12.30
Дневной сон.	12.30 - 15.00
Пробуждение (постепенный подъем, переодевание), гимнастика после сна, закаливающие процедуры.	15.00 - 15.15
Полдник (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи;гигиенические процедуры после приема пищи).	15.15-15.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, индивидуальная работа с детьми.	15.30 - 16.10
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	16.10 - 16.20
Ужин.	16.20 -16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры на свежем воздухе, самостоятельная и индивидуальная работа, общение с родителями. Уход детей домой.	16.40 - 18.00