

РАССМОТРЕНО  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от «29» августа 2023 года

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 7 «Солнечный город»  
\_\_\_\_\_ Н.В.Волчкова  
Приказ № 70  
от «29» августа 2023 года



## РЕЖИМ ДНЯ

### средней группы на 2023-2024 учебный год

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>	
Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа	7.00 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	8.30 – 8.40
<b>Завтрак</b>	8.40 – 9.00
Подготовка к проведению занятий. Общение детей по интересам.	9.00 – 9.15
Занятие 1	9.15 – 9.35
Динамическая пауза. Самостоятельные игры. Подготовка к следующему занятию.	9.35 – 9.45
Занятие 2	9.45 – 10.05
<b>Второй завтрак</b>	10.05 – 10.15
Подготовка к прогулке	10.15 – 10.35
Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам)	10.35 – 11.50
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.	11.50 – 12.10
<b>Обед</b>	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Чтение перед сном.	12.40 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.30
Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Гимнастика после сна. Одевание.	15.30 – 16.00
<b>Уплотнённый полдник</b>	16.00 – 16.20
Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей. Трудовая деятельность	16.20 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00 – 18.45
Уход домой	до 19.00

