



**Режим дня средней группы №6 (4-5 лет)  
(на период: осень-зима-весна)**

| <b>Режимные мероприятия</b>                                                                                       |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Осмотр детей, термометрия; игры детей                                                                             | 07.00-08.20   |
| Утренняя зарядка                                                                                                  | 08.20-08.30   |
| Завтрак                                                                                                           | 08.30-08.50   |
| Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв) | 08.50-10.20   |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                                                           | 10.20 - 11.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность, организованная образовательная деятельность по подгруппам.                    | 11.40 – 12.00 |
| Подготовка к обеду, прием пищи                                                                                    | 12.00-12.25   |
| Подготовка, дневной сон;                                                                                          | 12.25-15.05   |
| Игры, самостоятельная деятельность                                                                                | 15.05-15.30   |
| Подготовка, прием пищи                                                                                            | 15.30-15.50   |
| Вечерний круг, самостоятельная деятельность, досуг                                                                | 15.50-16.50   |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой                                                                       | 16.50-19.00   |



## Щадящий режим дня средней группы №6 (4-5 лет)

(на период: осень-зима-весна)

| Режимные мероприятия                                                                                              |             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Осмотр детей, термометрия; Игры детей                                                                             | 07.00-08.20 |
| Утренняя зарядка                                                                                                  | 08.20-08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак;                                                                                   | 08.30-08.50 |
| Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв) | 08.50-10.10 |
| <i>Физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем над утомляемостью ребенка)</i>                  |             |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                   | 10.10-11.40 |
| <i>Первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке</i>    |             |
| Подготовка к обеду, прием пищи                                                                                    | 11.40-12.10 |
| <i>Первыми начинают обедать</i>                                                                                   |             |
| Подготовка, дневной сон;                                                                                          | 12.10-15.15 |
| <i>Первыми укладывают, последними поднимают</i>                                                                   |             |
| Игры, самостоятельная деятельность, досуг                                                                         | 15.15-15.30 |
| Подготовка, прием пищи                                                                                            | 15.30-15.50 |
| Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность                                                                 | 15.50-16.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                                   | 16.20-18.40 |
| Возвращение с прогулки, уход домой                                                                                | 18.40-19.00 |



**Режим дня средней группы №6 (4-5 лет)  
с учетом климатических условий  
(на период: осень-зима-весна)**

|                                                                                                                   |             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Осмотр детей, термометрия; Игры детей                                                                             | 07.00-08.20 |
| Утренняя зарядка                                                                                                  | 08.20-08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак;                                                                                   | 08.30-08.50 |
| Утренний круг, деятельность в центрах активности на основе самоопределения, занятия (включая 10-минутный перерыв) | 08.50-09.50 |
| Отдых, игры, самостоятельная деятельность                                                                         | 09.50-11.45 |
| Подготовка к обеду, прием пищи                                                                                    | 11.45-12.10 |
| Подготовка, дневной сон;                                                                                          | 12.10-15.15 |
| Игры, самостоятельная деятельность, досуг                                                                         | 15.15-15.30 |
| Подготовка, прием пищи                                                                                            | 15.30-15.50 |
| Вечерний круг, самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, игры, уход домой                   | 15.50-19.00 |