

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 90 «Сказка»

О.Н. Серкевич

приказ № 53 от 01.09.2021 г

Режим дня средней группы (4-5 лет)**МБДОУ № 90 «Сказка»****согласно СанПиН 1.2.3685–21**

Длительность пребывания детей в группе: 12 часов

Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.20-08.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи Подготовка к НОД	08.30-09.00
Образовательная нагрузка	НОД 1	09.00-09.20
Перерыв	Физкультурные минутки	09.20-09.40
Образовательная нагрузка	НОД 2	09.40-10.00
Самостоятельная деятельность	Отдых	10.00-10.30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.30-10.50
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.50-12.00
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон;	12.35-15.05
	Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	15.05-15.35
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15:35-16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг/кружковая деятельность	16.00-16.20
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-19.00