

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО
На Педагогическом Совете МБДОУ Д/С №3 «Аленушка» МО
«Барышский район» 30.08.2023 Протокол №01

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № от 30.08.2023 Заведующий МБДОУ Д/С
№3 «Аленушка» МО «Барышский район»
Т.Ю. Сысоева.

Режим дня Холодный период
Средняя группа «ЖЕМЧУЖИНКА»

<i>Дома</i>		<i>Время</i>
Подъём, утренний туалет		6.30 – 7.30
<i>В детском саду</i>		
Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	<ul style="list-style-type: none">• Осмотр детей, термометрия• игры детей;• самостоятельная деятельность детей	07.00–08.05
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.05–08.15
Завтрак	Подготовка к приему пищи: <ul style="list-style-type: none">• гигиенические процедуры, посадка детей за столами• прием пищи• гигиенические процедуры после приема пищи	08.15–08.50
Образовательная нагрузка	Занятие	08.45–09.05
Перерыв	Физкультурные минутки	09.05–09.15
Образовательная нагрузка	Занятие	09.15–09.35
Самостоятельная деятельность	Игры, самостоятельная деятельность по интересам детей	09.35–09.50
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: <ul style="list-style-type: none">• гигиенические процедуры, посадка детей за столами• прием пищи• гигиенические процедуры после приема пищи	09.50–10.15
Образовательная нагрузка	Занятие	10.15–10.35
Прогулка, двигательная активность	<ul style="list-style-type: none">• Подготовка к прогулке: переодевание;• прогулка: подвижные игры;• возвращение с прогулки: переодевание	10.35–11.45

Обед	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами • прием пищи • гигиенические процедуры после приема пищи 	11.45–12.15
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати Дневной сон Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.15–15.10
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами Прием пищи Гигиенические процедуры после приема пищи	15.10–15.35
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание Прогулка Самостоятельная	15.35–17.30

Дома

Ужин		17.30 – 18.30
Прогулка		18.30 – 19.30
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры		19.30 – 20.30
Ночной сон		20.30 – 6.30