|  |
| --- |
| Утверждён приказом заведующего МДОУ «Детский сад № 95»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.Н. Малышевой  от 31.08.2022 г. № 04-02/84 |

**РЕЖИМ ДНЯ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ №10**

**НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

**(возраст детей от 4 лет до 5 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Время проведения** |
| ***Дома*** | | |
| 1 | Подъём, утренний туалет | 6.30 – 7.00 |
| 2 | Утренняя прогулка | 7.00 – 8.00 |
| ***В детском саду*** | | |
| 1 | Приём, осмотр, измерение температуры, игры | 7.00 – 8.00 |
| 2 | Утренняя гимнастика | 8.00 – 8.05 |
| 3 | Самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа | 8.05 – 8.25 |
| 4 | Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25 – 8.40 |
| 5 | Спокойные игры, подготовка к образовательной деятельности | 8.40 – 9.00 |
| 6 | ООД – образовательные развивающие ситуации на игровой основе | 9.00 – 10.10 |
| 7 | 2 завтрак | 10.10 – 10.20 |
| 8 | Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, экскурсии) | 10.20 – 11.45 |
| 9 | Возвращение с прогулки, умывание | 11.45 – 12.05 |
| 10 | Подготовка к обеду, обед | 12.05 – 12.40 |
| 11 | Подготовка ко сну, дневной сон | 12.40 – 15.00 |
| 12 | Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры, гимнастика после сна, | 15.00 – 15.10 |
| 13 | Подвижные игры, игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности | 15.10 – 16.10 |
| 14 | Подготовка к ужину, ужин | 16.10 – 16.40 |
| 15 | Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, уход детей домой | 16.40 – 19.00 |
| ***Дома*** | | |
| 1 | Прогулка с родителями | 19.00 – 20.00 |
| 2 | Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры | 20.00 – 20.40 |
| 3 | Укладывание, ночной сон | 20.40 – 6.30 |