

**РЕЖИМ ДНЯ на 2024-2025 учебный год (холодный период) средняя группа
общеразвивающей направленности (от 4 до 5 лет)**

Режимные моменты	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренний приём детей в детском саду, осмотр, игры, двигательная активность (подвижные игры), образовательная деятельность в ходе режимных моментов, самостоятельная деятельность детей	07.00-08.10 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут	07.00-08.10 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут	07.00-08.10 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут	07.00-08.10 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут	07.00-08.10 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические навыки	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30
Завтрак	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00
Организованная образовательная деятельность/самостоятельная деятельность	09.00-09.50 СД-10 минут	09.00-09.50 СД-10 минут	09.00-09.50 СД-10 минут	09.00-09.50 СД-10 минут	09.00-09.50 СД-10 минут
Самостоятельная деятельность, двигательная активность (подвижные игры малой подвижности, физкультурные минутки), организованная детская деятельность	09.50-10.30	09.50-10.30	09.50-10.30	09.50-10.30	09.50-10.30
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.40-10.50	10.40-10.50	10.40-10.50	10.40-10.50	10.40-10.50
Прогулка (наблюдения, двигательная активность (подвижные игры, спортивные упражнения)), самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в ходе режимных моментов Возвращение с прогулки	10.50-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут	10.50-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут	10.50-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут	10.50-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут	10.50-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут
Подготовка к обеду, культурно-гигиенические навыки, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30
Обед	12.30-12.50	12.30-12.50	12.30-12.50	12.30-12.50	12.30-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00	12.50-13.00	12.50-13.00	12.50-13.00	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем. Закаливающие процедуры. Двигательная активность (физкультурные минутки, ритмическая гимнастика, оздоровительная ходьба по массажным дорожкам), самостоятельная деятельность	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут
Самостоятельная деятельность/индивидуальная работа	15.15-16.00 СД-10 минут	15.15-16.00 СД-10 минут	15.15-16.00 СД-10 минут	15.15-16.00 СД-10 минут	15.15-16.00 СД-10 минут
Игры, самостоятельная деятельность и организованная детская деятельность	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Уплотненный полдник.	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная активность (подвижные игры, спортивные упражнения), самостоятельная игровая деятельность	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-40 минут	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-40 минут	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-40 минут	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-40 минут	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-40 минут

**РЕЖИМ ДНЯ на 2024-2025 учебный год (летний период) средняя группа
общеразвивающей направленности (от 4 до 5 лет)**

Режимные моменты	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренний приём детей в детском саду, осмотр, игры, двигательная активность (подвижные игры), образовательная деятельность в ходе режимных моментов, самостоятельная деятельность детей	07.00-08.00 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут	07.00-08.00 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут	07.00-08.00 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут	07.00-08.00 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут	07.00-08.00 из них: ДА-15 минут, СД-30 минут
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические навыки, образовательная деятельность в ходе режимных моментов	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30
Завтрак	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00
Организованная образовательная деятельность/самостоятельная деятельность	09.00-09.50 СД-10 минут	09.00-09.50 СД-10 минут	09.00-09.50 СД-10 минут	09.00-09.50 СД-10 минут	09.00-09.20 СД-10 минут
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	09.50-10.00	09.50-10.00	09.50-10.00	09.50-10.00	09.20-10.00
Прогулка (наблюдения, двигательная активность (подвижные игры, спортивные упражнения)), самостоятельная игровая деятельность, образовательная деятельность в ходе режимных моментов Возвращение с прогулки	10.00-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут	10.00-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут	10.00-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут	10.00-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут	10.00-12.00 из них: ДА-25 минут, СД-25 минут
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40
Подготовка к обеду, культурно-гигиенические навыки, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30
Обед	12.30-12.50	12.30-12.50	12.30-12.50	12.30-12.50	12.30-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00	12.50-13.00	12.50-13.00	12.50-13.00	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем. Закаливающие процедуры. Двигательная активность (физкультурные минутки, ритмическая гимнастика, оздоровительная ходьба по массажным дорожкам), самостоятельная деятельность	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут	15.00-15.15 из них: ДА-10 минут
Самостоятельная деятельность/индивидуальная работа Игры и деятельность и организованная детская деятельность	15.15-16.30 СД-10 минут	15.15-16.30 СД-10 минут	15.15-16.30 СД-10 минут	15.15-16.30 СД-10 минут	15.15-16.30 СД-10 минут
Уплотненный полдник.	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная активность (подвижные игры, спортивные упражнения), самостоятельная игровая деятельность	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-50 минут	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-50 минут	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-50 минут	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-50 минут	17.00-19.00 из них: СД-80 минут ДА-50 минут

*ДА - двигательная активность/СД - самостоятельная деятельность