

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Солнышко» Краснинского района Смоленской области  
(МБДОУ детский сад «Солнышко»)**

**Режим дня\*  
Средняя группа**

Длительность пребывания детей в группе: 9 часов

Сезон года: холодный период года

<b>Режимные мероприятия</b>		<b>Время</b>
<b>наименование</b>	<b>содержание</b>	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	08.30-08.40
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.40-08.50
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.50-09.15
Образовательная нагрузка	Организованная образовательная деятельность (занятие)	09.15-09.35
Перерыв	Физкультурные минутки	09.35-09.45
Образовательная нагрузка	Организованная образовательная деятельность (занятие)	09.45-10.05
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	10.05-10.25
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.25-10.35
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.35-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00-12.50
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон;	12.50-15.30

	Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	16.00-16.20
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-17.30

\* Режим дня входит в состав образовательной программы дошкольного образования МБДОУ детский сад «Солнышко» (п.4.5.), утверждена приказом МБДОУ детский сад «Солнышко» от 31.08.2023 №35-од