

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №29
«Умка» г. Георгиевска

М.В. Поломажерова



Режим дня
на холодный период года
средняя группа «Умники и умницы» (4– 5 лет)

Режимные моменты	Время
Приём детей, общение, индивидуальная работа, игры	7.30 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20
Самостоятельная деятельность (личная гигиена, дежурство)	8.20 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.45
Самостоятельная деятельность (игры)	8.45 – 9.00
Непрерывная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	9.00 – 9.18 перерыв 9.28 – 9.46
Самостоятельная деятельность (игры)	9.46 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.05
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	10.05 - 10.20
Прогулка	10.20 – 11.55
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена, дежурство)	11.55-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена)	12.50-13.00
Сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15
Полдник	15.15-15.25
Непрерывная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	15.25 -15.43
Игры, досуги, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, подготовка к прогулке	15.43-16.00
Прогулка	16.00 –17.40
Уход детей домой	до 18.00