

**Организация режима дня\***  
**Средняя группа (4-5 лет)**  
**Холодный период**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время в режиме дня</b>	<b>Длительность</b>
Прием, осмотр, самостоятельная игровая деятельность	7.00-8.20	1 час 20 минут
Утренняя зарядка	8.20-8.30	10 минут
Подготовка к завтраку, личная гигиена, завтрак	8.30-9.00	30 минут
Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности	9.00-9.30	10 минут
Организованная образовательная деятельность	9.30-9.50 9.50-10.00 - перерыв 10.00-10.20 10.20-10.30- перерыв	20 минут 10 минут 20 минут 10 минут
Второй завтрак	10.30-11.00	30 минут
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00-12.00	1 час
Подготовка к обеду, личная гигиена, обед	12.00-13.00	1 час
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем после сна	13.00-15.30	2 часа 30 минут
Подготовка к полднику, личная гигиена, уплотненный полдник	15.30-16.00	30 минут
Самостоятельная игровая деятельность	16.00-17.00	1 час
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-19.00	2 часа

\* СП 2.4. 3648 - 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

\*СанПин 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания населения»;

\*СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и /или безвредности для человека факторов среды обитания»;

\* Федеральная образовательная программа дошкольного образования

**Организация режима дня\***  
**Средняя группа (4-5 лет)**  
**Теплый период**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время в режиме дня</b>	<b>Длительность</b>
Прием на участке, осмотр, игры	7.00-8.20	1 час 20 минут
Утренняя зарядка на участке	8.20- 8.30	10 минут
Подготовка к завтраку, личная гигиена,	8.30 - 9.00	30 минут
Подготовка к прогулке, прогулка, организованная образовательная деятельность на прогулке	9.00-10.30	1 час 30 минут
Второй завтрак, личная гигиена	10.30 - 11.00	30 минут
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00-12.00	1 час
Подготовка к обеду, личная гигиена, обед	12.00- 13.00	1 час
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем после сна	13.00-15.30	2 часа 30 минут
Подготовка к полднику, личная гигиена, уплотненный полдник	15.30-16.00	30 минут
Подготовка к прогулке прогулка, игры, самостоятельная игровая деятельность	16.00-19.00	3 часа

\* СП 2.4. 3648 - 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

\*СанПин 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания населения»;

\*СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и /или безвредности для человека факторов среды обитания»;

\* Федеральная образовательная программа дошкольного образования