



**Режим дня детей 4-5 лет
в средней группе №5
на 2020-2021 учебный год
(основной – учебный период)**

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание, к-г навыки)	8.25 – 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 – 9.00
Организованная (непрерывная) образовательная деятельность, занятия со специалистами	9.00 - 9.20 9.30 – 9.50
Второй завтрак (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	10.05 - 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность) *	10.15 – 12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (самообслуживание, к-г навыки)	12.10 – 12.30
Подготовка к обеду, обед (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность (самообслуживание, гигиенические процедуры)	15.00 – 15.25
Игры, досуг, театр, развлечения, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.25 – 16.15
Подготовка к уютному полднику, полдник (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	16.15-16.45
Вечерний круг, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	16.45-18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.15 – 19.00

* Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа.

Продолжительность прогулок определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже - 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.