

Утверждаю
 Заведующий МАДОУ
 «Детский сад №122 г. Орска»
 О.В.Лаврина
 Приказ № 36 от 29.08.2023 г

Режим дня (теплый период)

Средняя группа 4-5 лет.	
Мероприятие	Время проведения
Дома	
Подъем, утренний туалет, закаливание	6.30 (7.00) – 7.30
В дошкольном учреждении	
Утренний прием детей, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена)	7.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 9.00
Самостоятельная деятельность детей	9.00 – 9.20
Прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры)	9.20 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры)	10.40 – 11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.45 – 12.00
Обед	12.00 – 12.30
Самостоятельная деятельность детей	12.30 – 12.40
Дневной сон	12.40 – 15.10
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность детей	15.10 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.45
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	15.45 – 16.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей (уход домой для групп сокращенного дня)	16.00 – (17.30) 18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена)	18.15 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.50
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.50 – 19.00
Дома	
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, самостоятельная деятельность детей	19.00 – 20.30 (21.00)
Ночной сон	20.30 (21.00) – 06.30 (07.30)