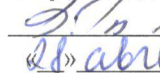


«Согласовано»

Старшая мед. сестра МБДОУ №76 «Ветерок»

 Полуэктова В.С.

«августа» 2025г.

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 76 «Ветерок»

 Мартынова Т.В.

«августа» 2025 г.



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в средней группе № 4 (4-5 лет)**  
**на 2025-2026 учебный год**

| Мероприятия                                                                                                       | Время         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Прием детей. Филтр. Игры. Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми.                           | 6.00 - 6.30   |
| Прогулка(наблюдение, труд, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа)                             | 6.30 - 7.30   |
| Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к утренней зарядке.                                   | 7.30 - 7.45   |
| Утренняя гимнастика.                                                                                              | 7.45 - 7.55   |
| Самостоятельная деятельность. Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку.                                     | 7.55 - 8.15   |
| Завтрак. Подготовка к занятию.                                                                                    | 8.15 - 8.45   |
| Занятие.                                                                                                          | 8.45 - 9.05   |
| Подготовка к занятию.                                                                                             | 9.05 - 9.15   |
| Занятие.                                                                                                          | 9.15 - 9.35   |
| Среда                                                                                                             |               |
| Завтрак. Подготовка к занятию.                                                                                    | 8.15 - 8.40   |
| Занятие.                                                                                                          | 8.40 - 9.00   |
| Подготовка к занятию.                                                                                             | 9.00-9.10     |
| Занятие.                                                                                                          | 9.10-9.30     |
| Пятница                                                                                                           |               |
| Занятие.                                                                                                          | 8.45 - 9.05   |
| Игры, самостоятельная деятельность детей.                                                                         | 9.05 - 9.35   |
| Занятие (ФК на улице).                                                                                            | 11.15 - 11.35 |
| Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.                                                                   | 9.35 - 9.50   |
| Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, труд, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа)     | 9.50 - 11.35  |
| Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.                                              | 11.35 - 11.50 |
| Обед.                                                                                                             | 11.50 - 12.20 |
| Подготовка ко сну.                                                                                                | 12.20- 12.30  |
| Дневной сон.                                                                                                      | 12.30 - 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры.                            | 15.00 - 15.15 |
| Полдник.                                                                                                          | 15.15-15.30   |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, индивидуальная работа с детьми.       | 15.30 - 16.10 |
| Подготовка к ужину.                                                                                               | 16.10 - 16.20 |
| Ужин.                                                                                                             | 16.20 - 16.50 |
| Подготовка к вечерней прогулке. Прогулка. Игры на свежем воздухе, самостоятельная деятельность. Уход детей домой. | 16.50 - 18.00 |