



Режим пребывания детей в ДОУ

средняя группа

(холодный период)
2023-2024 учебный год

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В детском саду	
Прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-7.55
Утренняя гимнастика	8.10-8.18
Самостоятельная деятельность	8.18-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах гигиенические процедуры)	8.25-8.55
Совместная организованная образовательная деятельность	9.00-9.20 9.30-9.50
Самостоятельная деятельность	9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах), прогулка игры, наблюдения, труд	10.10-10.40 10.40-12.10
Самостоятельная деятельность	
Возвращение с прогулки (образовательная деятельность в режимных моментах), игры	12.10-12.25
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.25-13.00
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах: гигиенические процедуры) Дневной сон	12.45-13.00 13.00-15.10
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры: воздушные, водные	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.25-15.45
Самостоятельная игровая деятельность, двигательная активность	15.45-16.30
Подготовка к ужину, ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.30-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	17.10-17.30 17.30-18.35
Самостоятельная деятельность, двигательная активность. Уход детей домой.	18.35-19.00
Дома	
Прогулка с детьми	19.00-20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Подготовка ко сну, укладывание, ночной сон	21.00-6.30 (7.30)

Общий подсчёт времени	
Совместная образовательная деятельность взрослого и детей, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности	40 минут
Самостоятельная деятельность детей, осуществляемая в рамках непосредственно образовательной деятельности (игры, подготовка к занятиям и при проведении режимных моментов)	4 часа
Прогулка (с учётом времени утренней, вечерней и прогулки с родителями)	2 часа 55 минут
Дневной сон	2 часа 10 минут