

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №110

Т.Б. Боглаева

**Режим дня в холодный период года (сентябрь-май)
для детей средней группы (4-5 лет)**

Режимные мероприятия	
Прием детей; Самостоятельная деятельность детей	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ (60 мин)
Утренняя гимнастика	8 ⁰⁰ -8 ¹⁰ (10 мин)
Ручничковая, артикуляционная гимнастика	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8 ²⁰ -8 ⁴⁵ (25 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин)
ЗАНЯТИЕ №1	9 ⁰⁰ -9 ²⁰ (20 мин)
Самостоятельная деятельность детей	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)
ЗАНЯТИЕ №2	9 ³⁰ -9 ⁵⁰ (20 мин)
Самостоятельная деятельность детей	9 ⁵⁰ -10 ⁰⁰ (10 мин)
Подготовка к прогулке	10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин)
ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность детей на прогулке	10 ¹⁰ -12 ¹⁰ (2 ч)
Самостоятельная деятельность детей	30 мин.
Самостоятельная деятельность детей	12 ¹⁰ -12 ³⁰ (20 мин)
Подготовка к обеду ОБЕД	12 ¹⁵ -12 ⁵⁰ (35 мин)
Подготовка ко сну	12 ⁵⁰ -13 ⁰⁰ (10 мин)
СОН	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2 ч)
Подъем; закаливающие процедуры Самостоятельная деятельность детей	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)
Подготовка к полднику ПОЛДНИК	15 ²⁰ -15 ⁴⁰ (20 мин)
ЗАНЯТИЕ №3	-
Самостоятельная деятельность детей	15 ⁴⁰ -16 ³⁰ (50 мин)
Подготовка к ужину УЖИН	16 ³⁰ -16 ⁵⁰ (20 мин)
Подготовка к прогулке	16 ⁵⁰ -17 ⁰⁰ (10 мин)
ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность детей на прогулке; Уход домой.	17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ (2 ч.)