



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 «Детский сад №290»  
 городского округа Самара  
 /Т.В.Бычина/



**Режим пребывания детей в МБДОУ  
 - средняя группа (4-5 лет)  
 (холодный период года: сентябрь - май)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Утренний прием, осмотр, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная и совместная деятельность, наблюдения, трудовые поручения	7.00-7.50
Утренняя гимнастика	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.35
Игры, самостоятельная деятельность	8.35-9.00
Организованная образовательная деятельность, образовательные ситуации на игровой основе (общая длительность, включая перерыв)	9.00-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, самостоятельные и совместные игры, трудовые поручения, беседы)	10.05-11.45
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.45-12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.35
Подготовка ко сну, релаксирующая гимнастика перед сном, дневной сон	12.35-15.00
Постепенный подъем, корригирующая пробуждающая гимнастика, закаливающие воздушные и водные процедуры	15.00-15.15
Полдник	15.15-15.35
Игры, досуги, развлечение, общение по интересам, самостоятельная и совместная деятельность в центрах активности, чтение художественной литературы, творческие и познавательные викторины	15.35-16.50
Подготовка к ужину, ужин	16.50-17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельные игры, уход домой	17.20-19.00