

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МДОУ №76
_____ Т.А. Ткаченко
«29» мая 2026 год

РЕЖИМ ДНЯ
ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА
Средняя группа

В детском саду

Режимные моменты	Время
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	07.30-08.30
Завтрак	08.30-09.00
Самостоятельные игры	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки	10.10-12.10 10.20-10.40 10.50-11.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном	12.30-12.50
Подготовка ко сну, сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.20-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности	16.00-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.00
Уход домой	до 18.00