

Согласовано  
Врач  
Ст. воспитатель

/А.Г. Барышева/  
/О.А. Гусарова/

Утверждаю  
Заведующий  
/К.В. Батусова/  
Приказ от 28.08.2025 № 58

**Режим дня детей средней группы  
на 2025 – 2026 учебный год**

**Адаптационный период года: с 1 сентября по 30 сентября**

7.00 – 8.20 – Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика

8.20 – 9.00 – Подготовка к завтраку, первый завтрак

9.00 – 9.45 – Наблюдение и обследование развития детей специалистами,  
игры, самостоятельная деятельность детей

9.45 – 10.00 – Подготовка к завтраку, второй завтрак

10.00 – 12.00 – Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с  
прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей

12.00 – 12.30 – Подготовка к обеду, обед

12.30 – 15.10 – Подготовка ко сну, дневной сон

15.10 – 15.35 – Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры

15.35 – 16.00 – Подготовка к полднику, полдник

16.00 – 16.45 – Совместная деятельность педагогов с детьми,  
самостоятельная игровая деятельность детей,  
коррекционная работа (индивидуальная)

16.45 – 19.00 – Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная  
игровая деятельность детей, уход детей домой.

Согласовано  
Врач  
Ст. воспитатель

/А.Г. Барышева/  
/О.А. Гусарова/

Утверждаю  
Заведующий  
/К.В. Батусова/  
Приказ от 28.08.2025 № 58

## **Режим дня детей средней группы на 2025 – 2026 учебный год**

### **Холодный период года**

- 7.00 – 8.20 – Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика
- 8.20 – 8.55 – Подготовка к завтраку, первый завтрак
- 8.55 – 9.45 – Организованная образовательная деятельность (занятия) и подготовка к ней
- 9.45 – 10.00 – Подготовка к завтраку, второй завтрак
- 9.00 – 12.00 – Коррекционная работа с учителем-логопедом
- 10.00 – 11.45 – Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)
- 11.45 – 12.00 – Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей
- 12.00 – 12.30 – Подготовка к обеду, обед
- 12.30 – 15.10 – Подготовка ко сну, дневной сон
- 15.10 – 15.35 – Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры
- 15.35 – 16.00 – Подготовка к полднику, полдник
- 16.00 – 16.45 – Совместная деятельность педагогов с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, коррекционная работа (индивидуальная)
- 16.45 – 19.00 – Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой.

Согласовано  
Врач  
Ст. воспитатель

/А.Г. Барышева/  
/О.А. Гусарова/

Утверждаю  
Заведующий  
/К.В. Батусова/  
Приказ от 28.08.2025 № 58

## Щадящий режим

№ п/п	Виды деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственный
1	Приход в детский сад	По возможности с 8.00 до 8.30	Родители
2	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50 %	
3	Гигиенические, закаливающие и общеукрепляющие процедуры: - умывание, - полоскание полости рта после еды, -Воздушные ванны с бодрящей гимнастикой	Температура воды 16-20°C, тщательное вытиранье рук, лица Температура воды 20-22°C, наливается перед полосканием Снимается пижама, надевается сухая футболка	пом. воспитателя, воспитатель
4	Питание: Завтрак, обед, полдник	Первыми садятся за стол, докармливание (младший возраст)	пом. воспитателя, воспитатель
5	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последними	пом. воспитателя, воспитатель
6	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	воспитатель
7	Возвращение с прогулки	Возвращение первыми (под присмотром взрослого) Снимается влажная майка, заменяется на сухую	пом. воспитателя, воспитатель
8	Физкультура	Отмена и снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	рук-ль физ. воспитания воспитатель
9	Организованная образовательная деятельность статического, интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятия	воспитатель
10	Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	воспитатель
11	Совместная деятельность с педагогами	Учитывать настроение ребенка и его желание	все педагоги
12	Самостоятельная деятельность	Предлагать места для игровой и другой деятельности, удаленные от окон и дверей	воспитатель
13	Уход домой	По возможности до 18.00	родители

Согласовано  
Врач  
Ст. воспитатель

/А.Г. Барышева/  
/О.А. Гусарова/

Утверждаю  
Заведующий  
/К.В. Батусова/  
Приказ от 28.08.2025 № 58

**Режим дня детей средней группы  
на 2025 – 2026 учебный год**

**при ненастной погоде (дождь, сильный ветер, мороз)**

7.00 – 8.20 – Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика

8.20 – 8.55 – Подготовка к завтраку, первый завтрак

8.55 – 9.45 – Организованная образовательная деятельность (занятия)  
и подготовка к ней («физкультура на улице» проводится в  
группе)

9.45 – 10.00 – Подготовка к завтраку, второй завтрак

9.00 – 12.00 – Коррекционная работа с учителем-логопедом

10.00 – 12.00 – Подвижные игры, игры-забавы в зале,  
самостоятельная игровая деятельность детей

12.00 – 12.30 – Подготовка к обеду, обед

12.30 – 15.10 – Подготовка ко сну, дневной сон

15.10 – 15.35 – Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры

15.35 – 16.00 – Подготовка к полднику, полдник

16.00 – 16.45 – Совместная деятельность педагогов с детьми,  
коррекционная работа (индивидуальная)

16.45 – 19.00 – Игры-забавы, театрализованный досуг,  
самостоятельная игровая деятельность детей, уход  
детей домой.

Согласовано  
Врач  
Ст. воспитатель

/А.Г. Барышева/  
/О.А. Гусарова/

Утверждаю  
Заведующий  
/К.В. Батусова/  
Приказ от 28.08.2025 № 58

## **Режим дня детей средней группы на 2025 – 2026 учебный год**

### **при карантине**

7.00 – 8.20 – Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика

8.20 – 8.50 – Подготовка к завтраку, первый завтрак

8.50 – 9.40 – Организованная образовательная деятельность и подготовка к ней  
**(физкультура – 1 раз в неделю на улице), все занятия, включая музыкальное и физкультуру, проводятся изолированно в групповой комнате)**

9.40 – 9.55 – Подготовка к завтраку, второй завтрак

9.00 – 12.00 – Коррекционная работа с учителем-логопедом

9.55 – 11.40 – Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)

11.40 – 12.00 – Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей

12.00 – 12.30 – Подготовка к обеду, обед

12.30 – 15.10 – Подготовка ко сну, дневной сон

15.10 – 15.35 – Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры

15.35 – 16.00 – Подготовка к полднику, полдник

16.00 – 16.45 – Совместная деятельность педагогов с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, коррекционная работа (индивидуальная)

16.45 – 19.00 – Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой.

**(организация выхода и возвращения с прогулки изолированно от других групп)**

Согласовано  
Врач  
Ст. воспитатель

/А.Г. Барышева/  
/О.А. Гусарова/

Утверждаю  
Заведующий  
/К.В. Батусова/  
Приказ от 28.08.2025 № 58

## Режим дня детей средней группы на 2025 – 2026 учебный год

### Теплый период года: с 1 июня по 31 августа

- 7.00. – 8.25.** – *Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика (на улице)*
- 8.25. – 9.00.** – *Подготовка к завтраку, завтрак*
- 9.00. – 9.45.** – *Игры, Организованная образовательная деятельность: музыка (2 раза в неделю на улице), физкультура (3 раза в неделю на улице), самостоятельная деятельность детей на улице)*
- 9.45. – 10.00.** – *Подготовка к завтраку, второй завтрак*
- 10.00. – 11.45.** – *Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная игровая деятельность детей (игры, наблюдения, труд, воздушные и солнечные процедуры)*
- 9.00. – 12.00.** – *Коррекционная работа с учителем-логопедом (в группе и на улице)*
- 11.45. – 12.00.** – *Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры*
- 12.00. – 12.30.** – *Подготовка к обеду, обед*
- 12.30. – 15.10.** – *Подготовка ко сну, дневной сон*
- 15.10. – 15.35.** – *Постепенный подъем детей, воздушные, водные процедуры*
- 15.35. – 16.00.** – *Подготовка к полднику, полдник*
- 16.00. – 19.00.** – *Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой*