

Режим дня (холодный период)

Режимные моменты	Средняя группа
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.15
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут)	9.15- 10.05
Второй завтрак	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.15-11.45 (суммарное время прогулки 1 ч. 30 м.)
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.45-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00 (суммарное время сна- 2 ч. 30 мин.)
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30
Занятия (при необходимости)	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30- 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.30 (суммарное время прогулки 1 ч. 30 м.)
Уход детей домой	17.30

