

## **Режим дня средняя группа**

### **холодный период года**

1	Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.15
2	Ежедневная утренняя гимнастика	8.15-8.25
3	Утренний круг	8.25-8.35
4	Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.55
5	Подготовка к занятиям, занятия	9.00-9.50
6	Самостоятельная деятельность, игры	9.50-10.20
7	Подготовка ко второму завтраку, завтрак	10.20-10.35
8	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.35-11.50
9	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	11.50-12.10
10	Подготовка к обеду, обед	12.10-12.40
11	Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
12	Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические, оздоровительные процедуры	15.00-15.20
13	Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
14	Игры, занятия, самостоятельная деятельность, вечерний круг	15.40-16.40
15	Подготовка к ужину, ужин	16.40-17.00
16	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-19.00