



РЕЖИМ ДНЯ

в средней группе на холодный период года (сентябрь-май)

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием, осмотр детей, индивидуальная и подгрупповая работа с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	7.00-9.00	2 часа
Утренняя зарядка	8.10-8.20	10 мин
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	10 мин
1-й завтрак	8.30-8.50	20 мин
Самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00	10 мин
1 занятие	9.00-9.20	20 мин
Динамическая пауза	9.20-9.30	10 мин
2 занятие	9.30-9.50	20 мин
Самостоятельная деятельность детей	9.50 - 10.10	20 мин
Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры	10.10 -10.30	20 мин
2-й завтрак	10.30-10.40	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдение, игры, трудовые поручения, экспериментирование, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей	10.40-11.50	1 час 10 мин
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.50-12.05	15 мин
Обед	12.05 -12.25	20 мин
Подготовка ко сну, сон	12.25-15.10	2 часа 45 мин
Подъем, закаливающие и оздоровительные мероприятия, подготовка к полднику,	15.10-15.30	20 мин
Полдник	15.30-15.45	15 мин
Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры	15.45-16.10	25 мин
Самостоятельная деятельность детей	16.10-16.30	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.30-19.00	2 часа 30 мин