

**Режим дня
на холодный период (сентябрь-май) в средней группе**

Режимные моменты	Время
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50
Игры, самостоятельная деятельность, утренний круг	08.50 - 09.00
Непрерывная образовательная деятельность	09.00 - 10.20
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 - 11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 -12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 -15.00
Подъём, гимнастика пробуждения	15.00 -15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.30
Игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, вечерний круг	15.30 - 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры.	16.30 - 18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.15 - 18.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.30 -19.00

