**Режим дня в средней группе**

***на холодный период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Дома*** | |
| **Подъём, утренний туалет** | 6.30 – 7.30 |
| ***В детском саду*** | |
| **Приём, осмотр, взаимодействие с родителями,**  **беседы, наблюдения в уголке природы, труд, игры, индивидуальная работа с детьми** | 7.00 – 8.00 |
| **Утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность** | 8.00 – 8.20 |
| **Подготовка к завтраку, завтрак** | 8.20 – 8.55 |
| **Игры** | 8.55 – 9.00 |
| **Непосредственная образовательная деятельность** | 9.00 – 9.20  9.30 – 9.50 |
| **Игры** | 9.50 – 10.00 |
| **Второй витаминизированный завтрак (соки, морсы, фрукты)** | 9.50 - 10.10 |
| **Подготовка к прогулке**  **Прогулка. Возвращение с прогулки, водные процедуры, чтение, игры** | 10.10 – 12.30 |
| **Подготовка к обеду, обед** | 12.30 – 13.00 |
| **Подготовка ко сну, дневной сон** | 13.00 – 15.00 |
| **Гимнастика пробуждения, подъём детей, закаливание, водные процедуры** | 15.00 – 15.15 |
| **Подготовка к полднику, полдник** | 15.15 – 15.35 |
| **Игры, труд, чтение художественной литературы, экологические минутки, кружки, праздники, развлечения** | 15.35 – 16.30 |
| **Подготовка к прогулке, прогулка.** | 16.30 – 17.50 |
| **Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.** | 17.50 – 18.15 |
| **Подготовка к ужину, ужин.**  **Уход детей домой.** | 18.15 – 19.00 |
| ***Дома*** | |
| **Прогулка** | 19.00 – 20.00 |
| **Спокойные игры, гигиенические процедуры** | 20.10-20.40 |
| **Укладывание, ночной сон** | 20.40 – 6.30  Или - 7.30 |