

**Режим дня детей среднего дошкольного возраста в холодный период года  
(сентябрь – май)**



Режимные процессы	Средняя группа	
	Время	Время
Прием детей. Игровая самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Художественно-речевая, трудовая деятельность Подготовка к утренней гимнастике	1 час 5 мин	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	9 мин	8.11-8.20
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Совместная деятельность. Тематические беседы	20 мин	8.15-8.35
Завтрак	15 мин	8.35-8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности Дежурство	10 мин	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	40 мин	9.00-9.20 9.30-9.50
Чтение художественной литературы Игровая самостоятельная деятельность	20 мин	9.50-10.10
Подготовка к прогулке Прогулка (наблюдение, труд, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей). Возвращение с прогулки	2 часа	10.10-12.10
Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры. Совместная деятельность	10 мин	12.10-12.20
Обед	20 мин	12.20-12.40
Подготовка ко сну Дневной сон	2 ч 20 мин	12.40-15.00
Постепенный подъем детей Воздушная гимнастика после дневного сна, закаливающие процедуры	15 мин	15.00-15.15
Культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, причесывание) Совместная деятельность, беседы	25 мин	15.15-15.40
Полдник	15 мин	15.40-15.55
Игровая самостоятельная деятельность детей, досуговые мероприятия, конструктивная деятельность Индивидуальная работа с детьми	55 мин	15.55-16.40
Подготовка к прогулке. Одевание Вечерняя прогулка Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	1 час 30 мин	16.40-18.10
Игровая самостоятельная деятельность детей	30 мин	18.10-18.40
Ужин	15 мин	18.40-18.55
Самостоятельная деятельность. Дидактические игры. Уход детей домой	5 мин	18.55-19.00