

**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	8 мин	8.05–8.13
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Совместная деятельность. Тематические беседы	15 мин	8.15-8.30
Завтрак	20 мин	8.30–8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности	10 мин	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	40 мин	9.00–9.20 9.30-9.50
Игровая самостоятельная деятельность Конструктивная 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 час 10 мин	10.10-12.00
Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры. Совместная деятельность	10 мин	12.00-12.10
Обед	30 мин	12.10-12.40
Подготовка ко сну Дневной сон	2 ч 20 мин	12.40– 15.00
Постепенный подъем детей Воздушная гимнастика после дневного сна, закаливающие процедуры	10 мин	15.05– 15.10
Культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, причесывание) Совместная деятельность, беседы	20 мин	15.10-15.30
Полдник	15 мин	15.30-15.45
Чтение художественной литературы Игровая самостоятельная деятельность детей, досуговые мероприятия Индивидуальная работа с детьми	55 мин	15.45-16.40
Подготовка к прогулке. Одевание Вечерняя прогулка Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	1 час 30 мин	16.40-18.20
Игровая самостоятельная деятельность детей	10 мин	18.20-18.30
Ужин	15 мин	18.30-18.50
Самостоятельная деятельность. Дидактические игры. Уход детей домой	15 мин	18.50-19.00