



Утверждено:  
приказом №91 «б» от 27.10.2020г.



**Режим дня  
Средняя группа №1  
холодный период года**

- Четкое определение времени
- Гибкость режима

Режимные процессы	Средняя группа
<b>Дома:</b>	
▪ Подъем, утренний туалет	6.00 - 7.00
<b>В дошкольном учреждении:</b>	
▪ Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.30 – 8.00
▪ Утренняя гимнастика (в группе вт.,чт.) (в музыкальном зале пн.,ср.,пт.)	8.00 – 8.10 8.15 – 8.25
▪ Самостоятельная деятельность, игры	8.10 – 8.25
• Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.55
▪ Игры, самостоятельная деятельность	8.55 – 9.00
▪ ООД	
1.	9.00 – 9.20
2.	9.35 – 9.55
Музыка (понедельник, четверг)	8.45 – 9.05
Физическая культура (пятница)	8.45 – 9.05
• Второй завтрак	9.55 – 10.05
▪ Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд)	10.05-12.10
▪ Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10-12.25
• Обед	12.25-13.00
• Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
▪ Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, подготовка к полднику	15.00-15.25
• Полдник	15.25-15.50
▪ Самостоятельная деятельность, игры	15.50-16.00
▪ Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.00-17.00
<b>Дома:</b>	17.00-18.30
▪ Прогулка, возвращение с прогулки	
• Подготовка к ужину, ужин	18.30-19.00
▪ Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00-20.40
• Ночной сон	20.40-7.00