**РЕЖИМ ДНЯ**

**Средняя группа**

**(4 лет до - 5 лет)**

(холодный период года)

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность | 7.00 – 8.15 |
| Подготовка к утренней гимнастике, гимнастика | 8.15 – 8.23 |
| Подготовка к завтраку, завтрак. | 8.23 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 8.50 – 9.00 |
| Организованная детская деятельность, занятия со специалистами1 | 9.00 – 9.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.50 – 11.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.50 – 12.10 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.10 – 12.40 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.40 – 15.00 |
| Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность | 15.00 – 16.00 |
| Подготовка к полднику, полдник | 16.00 – 16.20 |
| Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 16.20 – 16.45 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой  | 16.45 – 19.00 |

1 - указана общая длительность, включая перерывы