

**Режим дня для детей средней группы  
на 2022 — 2023 уч. год**

**Холодный период**

<b>Режимные процессы</b>	<b>Длит. мин.</b>	<b>Время</b>
Прием детей. Осмотр. Игры на участке, утренняя зарядка на участке (с учетом погодных условий)	60	7.30-8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	25	8.30-8.55
Самостоятельные игры. Подготовка к НОД	5	8.55-9.00
Развивающие образовательные ситуации на игровой основе. Организованная образовательная деятельность	140	9.00 -10.20
Второй завтрак	10	10.20-10.30
Подготовка к прогулке. Прогулка (самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность с детьми, игры, оздоровительные мероприятия, экскурсии)	80	10.30 -11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду	10	11.50-12.00
Обед	20	12.00-12.20
Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну. Дневной сон	160	12.20-15.00
Пробуждение, разминка, гигиенические процедуры одевание	20	15.00-15.20
Подготовка к полднику. Полдник	15	15.20-15.35
Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (игры, досуги, вечерняя прогулка). Уход детей домой	55 60	15.35-16.30 16.30 - 17-30

**Теплый период**

<b>Режимные процессы</b>	<b>Длит. мин.</b>	<b>Время</b>
Утренний прием детей на прогулке	45	7.30-8.15
Утренняя гимнастика	15	8.15-8.30
Самостоятельная деятельность Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)	25	8.30-8.55
Завтрак, гигиенические процедуры.	30	8.55-9.25
Прогулка (самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность с детьми, игры, оздоровительные мероприятия, экскурсии).	185	9.25-12.30
Второй завтрак	10	10.20-10.30
Подготовка к обеду, обед.	30	12.30-13.00
Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну. Сон.	135	13.00-15.15
Пробуждение, разминка, гигиенические процедуры, одевание.	25	15.15-15.40
Полдник	25	15.40-16.05
Прогулка (игры, уход домой)	85	16.05-17.30