

Режим дня средняя группа

Наименование	Содержание	средняя
Утренний приём	Осмотр детей, термометрия, игровая деятельность, индивидуальное общение воспитателя с детьми, различные игры	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	8.20-8.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	8.30 -9.00
Образовательная нагрузка 1	Занятие	09.00-09.20
Перерыв	Физкультурные минутки	9.20-9.30
Образовательная нагрузка 2	Занятие	9.30 -9.50
Самостоятельная деятельность.	Отдых, игры	9.50-10.15
2-й завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.15 – 10.30
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: наблюдение, беседы, подвижные игры, труд, экспериментирование	10.30-11.55
Возвращение с прогулки	переодевание	11.55-12.10
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон;	12.30-15.00
Пробуждение:	постепенный подъем, воздушные процедуры, переодевание	15.00- 15.25
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30 -15.50
Прогулка, двигательная активность (при t не ниже 15 ⁰)	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: наблюдение, подвижные игры, труд, экспериментирование	15.50 – 18.00
Возвращение с прогулки	переодевание	18.00-18.15
Самостоятельная деятельность(в морозные дни, при t ниже 15 ⁰)	Игры, досуг, общение и деятельность по интересам, театрализация, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности Кружковая деятельность.	15.50 – 18.15
Подготовка к ужину	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами;	18.15-18.20
Ужин	Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	18.20-18.40
Уход домой	Работа с родителями	18.40-19.00