



РЕЖИМ ДНЯ
Средняя группа «Почемучки»

Режимные моменты	Время
1	2
Прием, осмотр, утренняя гимнастика, игры (настольные, пальчиковые, дидактические)	07.45 - 08.15
Подготовка к завтраку Завтрак	08.15 - 08.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к ОД	08.50 - 09.00
ОД	09.00 – 09.55
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 – 11.20
Возвращение с прогулки	11.20 – 11.55
Подготовка к обеду Обед	12.00 - 12.35
Подготовка ко сну Сон	12.35 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 - 15.20
Полдник	15.20 - 15.40
Игры, самостоятельная деятельность	15.40 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 – 16.55
Прогулка (вечерняя)	16.55 – 17.10
Ужин	17.10 - 17.30
Самостоятельная деятельность детей(игры малой подвижности, настольные игры)	17.30 - 18.00
Уход детей домой	18.00 - 18.15