



Примерный режим дня в средней группе для детей 4-5 лет
(12 часовое пребывание с 7.00 до 19.00) холодное время года

Время	Режимный момент
7.00-8.00	Прием и осмотр детей. Индивидуальная работа с детьми.
8.00-9.00	Утренняя гимнастика. Подготовка к завтраку. Завтрак
9.00-10.00	Организованная образовательная деятельность.
10.00-11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка.
11.50-12.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.
12.00-12.30	Обед.
12.30-15.00	Дневной сон.
15.00-15.15	Постепенный подъем. Гимнастика после сна.
15.15-15.30	Полдник.
15.30-16.00	Специально организованная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.
16.00-17.50	Подготовка к прогулке. Прогулка.
17.50-18.00	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину
18.00-18.20	Ужин.
18.20-19.00	Самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа. Уход детей домой.