

Утверждаю:
 Директор МБОУ ЦО № 17
 /В.С. Кузнецов/
 Приказ от 28.09.2022 № 147 -д

Режим дня в средней группе общеразвивающего вида холодный период

Режимные моменты	Время проведения
Прием детей, термометрия. Двигательная активность (подвижные игры) Подготовка к утренней гимнастике	7.00 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 8.00
Двигательная активность. Подготовка к завтраку (совместная деятельность, гигиенические процедуры)	8.00 – 8.30
Завтрак Подготовка к образовательной нагрузке.	8.30 - 9.00
Образовательная нагрузка № 1	9.00 – 9.20
Перерыв.	9.20 – 9.30
Образовательная нагрузка № 2	9.30 – 9.50
Второй завтрак.	9.50 – 10.00
Организованная деятельность. Подготовка к прогулке . Прогулка, двигательная активность	10.00 – 11.30
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду (совместная деятельность, гигиенические процедуры)	11.30 – 12.00
Обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну Дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем Воздушная гимнастика после сна Культурно-гигиенические навыки (одевание, причесывание)	15.00 – 15.30
Двигательная активность. Игры, труд, самостоятельная, совместная деятельность.	15.30 – 16.20
Подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина (гигиенические процедуры, совместная деятельность)	16.10 – 16.20
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	16.20 – 16.40
Подготовка к прогулке	16.40 - 17.30
Прогулка, двигательная активность (подвижные игры)	17.30 – 19.00