



РАСПОРЯДОК ДНЯ

В средней группе (4-5 лет). Холодный период

Режимный момент	Длительность	Начало	Окончание
<i>Прием детей, осмотр, игра, утренняя зарядка</i>	1:00	7 ⁰⁰	8 ³⁰
Утренний круг	0:10		
<i>Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак</i>	0:30	8 ³⁰	9 ⁰⁰
<i>Занятия (включая динамические паузы)</i>	0:50	9 ⁰⁰	10 ¹⁰
<i>Второй завтрак</i>	0:20	9 ³⁰	9 ⁵⁰
<i>Подготовка к прогулке, прогулка</i>	1:20	10 ¹⁰	11 ³⁰
<i>Гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед</i>	0:30	11 ³⁰	12 ⁰⁰
<i>Подготовка ко сну, сон</i>	3:00	12 ⁰⁰	15 ⁰⁰
<i>Постепенный подъем, гигиенические процедуры, полдник</i>	0:30	15 ⁰⁰	15 ³⁰
<i>Активное бодрствование детей (игры, индивидуальная работа, кружковая деятельность и другое)</i>	1:00	15 ³⁰	16 ³⁰
Вечерний круг	0:10		
<i>Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин</i>	0:30	16 ³⁰	17 ⁰⁰
<i>Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой</i>	2:00	17 ⁰⁰	19 ⁰⁰
Длительность прогулки – 3 ч Длительность сна – 3 ч			