

## Режим дня на летний период в средней группе (дети 4-5 лет)

Режимные моменты	Время
<u>Дома:</u> Подъем, утренний туалет	6.00 -7.00
Прием, осмотр, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей (на улице)	6.30-8.10
Утренняя гимнастика (на открытом воздухе)	8.10-8.20
Возвращение с прогулки, подготовка к первому завтраку, завтрак	8.20-8.40
Совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке	8.40-9.00
Прогулка (совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей)	9.00-9.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, второй завтрак	9.50-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка (совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей)	10.05-11.40
<i>Питьевой режим</i>	<i>10.45-10.55</i>
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, воздушно – водные процедуры, гимнастика	15.00-15.15
Полдник	15.15-15.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	15.30-17.00
<u>Дома:</u> Прогулка	17.00-18.00
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин	18.00-18.40
Подготовка к прогулке, прогулка	18.40-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Подготовка ко сну, ночной сон.	20.30-6.00

