

Режим дня (12 часов)
средней группы детей 4-5 лет № 2
тёплый период года (июнь-август)

Режимные моменты	Время
Прием детей на воздухе, взаимодействие с семьёй, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Подготовка и выход на прогулку, утренний круг, образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла, подвижные игры на прогулке, индивидуальная и подгрупповая работа, самостоятельная деятельность. Комплекс оздоровительных мероприятий	9.00 - 11.30
Гигиенические процедуры, второй завтрак	10.30 - 10.40
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.30 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, дыхательные упражнения	15.00 - 15.30
Самостоятельная деятельность, вечерний круг.	15.30 - 16.20
Подготовка к уплотненному полднику. Уплотненный полдник	16.20 - 16.50
Прогулка, совместная деятельность, игры, взаимодействие с семьёй, уход домой	16.50 - 19.00