

ЗАВЕДУЮЩИЙ МАДОУ №2 «УЛЫБКА»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. КАДНИКОВА

**Режим дня**

**(средняя группа 10,0 часов)**

**холодный период года**

***Дома:***

**6.30-7.30** - подъем, утренний туалет

***В детском саду:***

**7.30-8.20** – приём детей, игры, утренняя гимнастика, индивидуальная работа с детьми, планинг

**8.20 -8.50** – подготовка к завтраку, завтрак

**8.50 -9.00** – подготовка к НОД, игры, самостоятельная деятельность

**9.00 -9.50** – НОД, динамические паузы между ситуациями, физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения

**10.00 -12.00** – подготовка к прогулке, прогулка

**12.00 -12.10** – возвращение с прогулки, воспитание культурно-гигиенических навыков (умывание, обмывания рук до локтей)

**12.10 -12.40** – подготовка к обеду, обед

**12.40 -12.50** – подготовка ко сну, гигиенические процедуры

**12.50 -15.00** – дневной сон

**15.00 -15.15** – постепенный подъем, закаливающие мероприятия, вторая гимнастика (бодрящая гимнастика), воздушные ванны, хождение босиком (теплое время года)

**15.15 -15.30** – подготовка к полднику, полдник, воспитание культурно-гигиенических навыков

**15.40 -15.50** – игровая деятельность, самостоятельная деятельность детей

**15.50 -16.15** – предварительная и индивидуальная работа, чтение художественной литературы

**16.15 -16.30** – игра, самостоятельная деятельность детей

**16.30 -17.30** – подготовка к прогулке, прогулка

**17.00 -17.30** – индивидуальная работа с детьми, работа с родителями, уход детей домой

***Дома:***

**18.00 -18.20** – ужин

**18.20 -20.20** – прогулка

**20.25 -20.45** – возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры

**20.45 -6.30(7.30)** – укладывание, ночной сон