

**Режим дня  
средней группы  
(холодный период)  
на 2023-2024 учебный год**

|   |                     |
|---|---------------------|
| <b>Приём, самостоятельная деятельность, игры, групповой сбор</b>  | <b>7.00-8.00</b>    |
| <b>Утренняя гимнастика</b>  | <b>8.00-8.10</b>    |
| <b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>   | <b>8.10 -8.50</b>   |
| <b>Игры, подготовка к образовательной деятельности</b>  | <b>8.50-9.00</b>    |
| <b>Организованная образовательная деятельность по образовательным областям</b>                                      | <b>9.00- 10.30</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>   | <b>9.45-9.55</b>    |
| <b>Подготовка к прогулке, прогулка</b>  | <b>10.05 -12.00</b> |
| <b>Возвращение с прогулки, игры</b>   | <b>12.00-12.10</b>  |
| <b>Подготовка к обеду, обед</b>   | <b>12.10-12.40</b>  |
| <b>Дневной сон</b>  | <b>12.40-15.00</b>  |
| <b>Подъём, закаливающие процедуры</b>   | <b>15.00-15.20</b>  |
| <b>Подготовка к полднику, полдник</b>   | <b>15.20-15.35</b>  |
| <b>Совместная деятельность детей и взрослых и самостоятельная деятельность детей, игры. Итоговый групповой сбор</b> | <b>15.35 -17.45</b> |
| <b>Подготовка к ужину, ужин</b>   | <b>17.45-18.15</b>  |
| <b>Прогулка, игры, самостоятельная деятельность</b>   | <b>18.15-18.45</b>  |
| <b>Уход домой</b>   | <b>18.45-19.00</b>  |