

Примерный режим дня дома

Средняя группа

- Подъём, утренний туалет	7.00–7.30
- Игры, утренняя гимнастика	7.30– 8.25
- Подготовка к завтраку, завтрак	8.25– 8.55
- Игры, самостоятельная деятельность детей, занятия по интересам	8.55– 10.10
- Второй завтрак	10.10-10.20
- Подготовка и выход на прогулку. Прогулка.	10.20– 11.40
- Возвращение с прогулки	11.40 – 12.00
- Подготовка к обеду, обед	12.00– 12.30
- Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
- Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры, игры	15.00– 15.25
- Подготовка к полднику, полдник	15.25– 15.50
- Игры, самостоятельная и совместная деятельность детей	15.50– 16.30
- Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.00
- Прогулка, возвращение с прогулки	18.00-18.20
- Подготовка к ужину, ужин	18.20-18.45
- Игры	18.45 – 20.00
- Гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.00