**ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ**

**СРЕДНЕЙ ГРУППЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| Процессы жизнедеятельности | Время |
| *Дома* | |
| Подъем, утренний туалет | 6.30–7.30 |
| *В учреждении дошкольного образования* | |
| Прием, игры, утренняя гимнастика, гигиенические процедуры, подготовка к завтраку | 7.00–8.30 |
| Завтрак | 8.30–8.50 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.50–9.10 |
| Занятия | 9.10–10.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.30–12.20 |
| Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду | 12.20–12.30 |
| Обед | 12.30–13.10 |
| Сон | 13.10–15.00 |
| Постепенный подъем, закаливающие мероприятия, самостоятельная двигательная деятельность, гигиенические процедуры, подготовка к полднику | 15.00–15.35 |
| Полдник | 15.35–15.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.50–16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.30–18.00 |
| Уход детей домой | До 18.00 |
| *Дома* | |
| Прогулка | 18.00–19.50 |
| Возвращение с прогулки, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.50–20.20 |
| Ночной сон | 20.20–6.30 |