

**Режим дня  
 детей средней группы  
 (холодный период)**

Время	Режимный момент	Организованные формы	Длительность, мин
7.00 – 7.50	Прием детей свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа /Взаимодействие с родителями	ВЗсР САМ Д и СОВ Д	50 мин
7.50 – 8.10	Часть, формируемая участниками ОП «Минуты здоровья и безопасности»	СОВ Д	10 мин
8.00 – 8.08	Утренняя гимнастика	РМ	8 мин
8.08 – 8.15	Совместная деятельность, труд	СОВ Д	7 мин
8.15 – 8.35	Подготовка к завтраку, завтрак	РМ	20 мин
8.35 – 8.55	Часть, формируемая участниками ОП (игротерапия, суджок, психогимнастика, арт-терапия, дыхат.гимнастика)	СОВ Д	20 мин
8.55 – 9.00	Подготовка к занятиям	СОВ Д	5 мин
9.00 – 9.50	Непрерывная образовательная деятельность Игровая деятельность /двигательная активность	НОД и САМ Д	40 мин 10 мин
9.50 - 10.00	Часть, формируемая участниками ОП Чтение, минутки познания	СОВ Д	10 мин
10.00 – 10.20	Игровая деятельность. Минутки речевой и творческой активности	САМ Д	20 мин
10.20 – 10.30	Подготовка к прогулке	РМ	10 мин
10.30 – 11.50	Дневная прогулка	СОВ Д	80 мин
	Наблюдение	СОВ Д	10 мин
	Трудовая деятельность	СОВ Д	5 мин
	Часть, формируемая участниками ОП Оздоровительные игры	СОВ Д	10 мин
	Часть, формируемая участниками ОП Совместная деятельность в художественном творчестве, познавательно-исследовательской деятельности	СОВ Д	15 мин
	Игровая деятельность	САМ Д	30 мин
	Подвижные игры	СОВ Д	15 мин
11.50 – 12.05	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	РМ	15 мин
12.05 – 12.30	Обед	РМ	25 мин
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон		150 мин
15.00 – 15.05	Подъем. «Ленивая гимнастика»	РМ	5 мин
15.05 – 15.15	Часть, формируемая участниками ОП Оздоровительный бег, корригирующая гимнастика	СОВ Д	10 мин
15.15 – 15.30	Закаливание, одевание	РМ	15 мин
15.30 – 16.00	Самостоятельная и организованная игровая деятельность	САМ Д и СОВ Д	30 мин
16.00 – 16.20	Подготовка к полднику. Полдник	РМ	20 мин
16.20 – 16.40	Совместная игровая и познавательная деятельность	СОВ Д	20 мин
16.40 – 16.50	Часть, формируемая участниками ОП (чтение, минутки познания, художественное творчество)	СОВ Д	10 мин
16.50 – 17.00	Подготовка к прогулке	РМ	10 мин
17.00 – 19.00	Прогулка. Часть, формируемая участниками ОП (подвижные игры). Уход домой /Взаимодействие с родителями	САМ Д и СОВ Д ВЗсР	120 мин 15 мин
Итого			570 мин
Время на реализацию обязательной части			470 мин
Время на реализацию части, формируемой участниками образовательных отношений			100 мин