

Режим дня
Средняя группа «Колокольчик»

1.	Пробуждение, утренняя зарядка, водные процедуры, умывание	7.00-8.00
2.	Завтрак	8.00-9.00
3.	Непрерывная непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 10.20
4.	Подвижные игры (при открытых фрамуге, окне или на веранде)	10.20-12.20
5.	Обед	12.20-13.00
6.	Дневной сон (при открытых фрамуге, окне или на веранде)	13.00-15.00
7.	Свободное время для спокойных игр и приготовления к полднику	15.00 -15.30
8.	Полдник	15.30-16.00
9.	Подвижные игры (при открытых фрамуге, окне или на веранде)	16.00-18.30
10.	Ужин	18.30-19.00
11.	Свободное время, спокойные игры	19.00 -21.00
12 .	Ночной сон	21.00-7.00

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут (СанПиН 2.4.1.3049-13)