***УТВЕРЖДАЮ***

***ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ ДСОВ №22***

***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.Ю. МАРМИЛОВА***

***Режим дня***

***группа среднего возраста «Непоседы»***

*7.30-8.00* *прием детей,*

*8.00-8.20 утренний круг ( беседы о плане на день)*

8.20-8.30 *утренняя гимнастика*

8.30-8.50 *подготовка к завтраку, завтрак, дежурство*

8.50-10.10 *занятия, свободная игровая деятельность*

10.10- 10.20 *второй завтрак*

10.20-11.50 *подготовка к прогулке, прогулка*

11.50-12.10 *возвращение с прогулки, гигиенические процедуры*

12.10 -12.35 *обед*

12.35-15.05 *подготовка ко сну, дневной сон*

15.05-15.15 *постепенный подъем, здоровьесберегающие процедуры, зарядка после сна*

15.20-15.40 *подготовка к полднику, полдник*

15.40-16.20 *кружковая работа по интересам, игры, самостоятельная свободная игровая деятельность*

16.20-16.30 *вечерний круг, рефлексия*

16.30-17.30 *подготовка к прогулке прогулка, уход детей домой.*

***После ухода  из детского сада. Рекомендации дома: прогулка подвижные игры, беседы, ужин,  спокойные игры, гигиенические процедуры 17.30–20.30. Подготовка ко сну , ночной сон  20.30 – 6.30 –7.30***