

**Примерный режим дня воспитанников  
в домашних условиях на период самоизоляции**

Режимные моменты	Время
Подъём	8.00 -8.15
Водные процедуры	8.15 – 8.30
Подготовка к утренней гимнастики. Утренняя гимнастика	8.30 – 8.45
Подготовка к завтраку, завтрак	8.45 – 9.00
Образовательная деятельность совместно со взрослым	9.00
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10.00 – 10.15
Игры, самостоятельная детская деятельность	10.15 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Образовательная деятельность совместно со взрослыми	16.00
Игры, самостоятельная детская деятельность	16.30-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30 – 18.00
Спокойные игры, чтение художественной литературы	18.00 - 20.30
Подготовка ко сну. Сон	20.30 – 8.00

**Уважаемые родители!**

**Обращаем Ваше внимание, что продолжительность занятий (НОД)  
для детей от 1.6 до 3 лет – не более 10 минут,  
для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут.**