

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 54



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ № 54

О.Н. Лукач

« 10 » 04 2020 г.

**Примерный режим дня для детей раннего возраста
(2 – 3 лет) в период самоизоляции**

| Деятельность в домашних условиях | Время |
|---|--------------|
| 1. Подъем, утренний туалет, культурно-гигиенические навыки | 8.00 – 8.15 |
| 2. Зарядка | 8.15-8.20 |
| 3. Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20-8.40 |
| 4. Подготовка к играм-занятиям | 9.00-9.20 |
| 5. Развивающие игры, занятия | 9.20- 10.00 |
| 6. Свободная деятельность | 10.00-11.00 |
| 7. Уборка игрушек, помощь родителям в быту | 11.00-11.30 |
| 8. Подготовка к обеду, обед | 11.30-12.00 |
| 9. Чтение художественной литературы | 12.00-12.30 |
| 10. Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30-15.00 |
| 11. Подъём, водные процедуры, бодрящая гимнастика | 15.00-15.30 |
| 12. Полдник | 15.30-16.00 |
| Свободная игровая деятельность, занятия: <ul style="list-style-type: none">• лепка,• рисование,• творчество | 16.00-17.30 |
| 13. Подготовка к ужину, ужин | 17.30-18.00 |
| 14. Спокойные игры, гигиенические процедуры | 18.00-20.30 |
| 15. Подготовка ко сну, ночной сон | 20.30 – 8.00 |