**ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД САМОИЗОЛЯЦИИ**

**Младшая группа (3-4 года)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Подъем, утренний туалет, свободная игра, самостоятельная деятельность | 6.00-7.54 |
| Утренняя гимнастика | 7.54-8.00 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.00-8.35 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 8.35-8.55 |
| Образовательная деятельность | 8.55-9.10 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к ОД | 9.10-9.20 |
| Образовательная деятельность | 9.20-9.35 |
| Второй завтрак | 9.35-9.45 |
| Подготовка к прогулке | 9.45-10.05 |
| Прогулка | 10.05-11.05 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.05-11.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.30-11.50 |
| Подготовка ко сну | 11.50-12.00 |
| Дневной сон | 12.00-14.30 |
| Постепенный подъем, самостоятельная деятельность | 14.30-15.05 |
| Подготовка к полднику, полдник  | 15.05-15.25 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.25-15.50 |
| Подготовка к прогулке | 15.50-16.00 |
| Прогулка | 16.00-18.00 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 18.00-18.15 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.15-18.45 |
| Совместная деятельность, общение, чтение художественных произведений и т.п. | 18.45-20.00 |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры, подготовка ко сну | 20.00-20.30 |
| Ночной сон | 20.30-6.00 (7.00) |