

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад №9 г. Киренска"



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ  
"Детский сад №9"  
Е.Н. Савлук

**Примерный режим дня для детей дошкольного возраста  
на период самоизоляции**

Режимные моменты	I мл. группа	II мл. группа	средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
Подъём, утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	7.30	7.30	7.30	7.30	7.30
Завтрак	8.10	8.20	8.25	8.25	8.25
Игровая деятельность	8.35	8.45	8.50	8.50	8.50
Организованная образовательная деятельность, развивающие игры	9.00- 9.10	9.00- 9.15	9.00- 9.20	9.00- 9.25	9.00- 9.30
Перерыв (чай, фрукты, любимые лакомства)	9.10	9.15	9.20	9.25	9.30
Прогулка, (в сопровождении взрослого, строго соблюдая правила в условиях самоизоляции)	10.30	10.25	10.30	11.00	11.00
Подготовка к обеду. Обед.	11.40	12.00	12.10	12.40	12.45
Дневной сон	12.20	12.30	12.40	13.10	13.15
Подъем, гимнастика пробуждения, воздушные и водные процедуры	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Подготовка к полднику. Полдник.	15.20	15.20	15.25	15.25	15.25
Игровая деятельность детей, чтение художественной литературы, совместные досуги, самостоятельные игры детей.	16.20	15.45	15.50	15.40	15.40
Вечерняя прогулка (в сопровождении взрослого, строго соблюдая правила в условиях самоизоляции)	17.00	16.40	16.30	16.30	16.30

Игровая, самостоятельная деятельность	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00
Уборка игрушек. Подготовка к ужину.	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00
Ужин.	19.30	19.30	19.30	19.30	19.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры.	20.30	20.30	20.30	20.30	20.30
Сон	21.00	21.00	21.00	21.00	21.00

\*Альтернатива прогулки в условиях самоизоляции: прогулка при открытом окне, выход на балкон, прогулка во дворе частного дома (обязательно: под наблюдением взрослого).