

**Примерный режим дня
дома на период самоизоляции
для детей с 2 до 3 лет**

Режимные моменты	Первая младшая группа с 2 до 3 лет
Пробуждение, подъем, утренние гигиенические процедуры	7.00 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 7.55
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00– 8.35
Самостоятельная деятельность детей, игры и занятия по интересам, трудовые поручения	8.35- 10.30
Подготовка ко II завтраку, II завтрак	10.30-10.40
Самостоятельная и совместная со взрослым деятельность ребенка: игры, разнообразные виды деятельности по интересам ребенка (познавательная, двигательная, творческая; экспериментирование и др.)	10.40 - 11.15
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну. Сон	12.00 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.00 - 15.20
Полдник	15.20 - 15.45
Самостоятельная и совместная со взрослым деятельность ребенка: игры, разнообразные виды деятельности по интересам ребенка (познавательная, двигательная, творческая; экспериментирование и др.)	15.40 – 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 – 19.00
Самостоятельная и совместная со взрослым деятельность ребенка: спокойные игры, общение, чтение книг, слушание аудиосказок и пр.	19.00 – 20.00
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Сон	20.30