


Принята:
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад № 321»
г.о.Самара

Протокол 3 от 06.04.2020.

Утверждена:
Заведующий
МБДОУ «Детский сад № 321»
г.о.Самара

М.Ю.Воробьева
Приказ № 27 от 06.04.2020.

Режим дня дошкольника (3-7 лет) в период самоизоляции.

1	Пробуждение, утрення зарядка, водные процедуры, умывание	7.00-8.00
2	Завтрак	8.00-9.10
3	Игры и дистанционные занятия	9.10 -11.10
4	Подвижные (малоподвижные) игры (при открытых фрамуге, окне или на балконе)	11.10-12.30
5	Обед	12.30-13.20
6	Дневной сон	13.20-15.30
7	Свободное время для спокойных игр и приготовления к полднику	15.30 -16.00
8	Полдник	16.00-16.30
9	Подвижные (малоподвижные) игры (при открытых фрамуге, окне или на балконе)	16.30-18.30
10	Ужин	18.30-19.00
11	Свободное время, спокойные игры	19.00 -21.00
12	Ночной сон	21.00-7.00