

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель начальника территориального  
отдела Межрегионального управления №99  
ФМБА России в г. Большой Камень  
Приморского края

О.Ю. До  
«    »    2020г

Утверждаю

Заведующий МБДОУ «Детский сад  
общеразвивающего вида № 13

«    »    2020 г  
И.Ю. Савельева/



**РЕЖИМ ДНЯ**  
для детей от 2 до 3 лет

**Холодный период года**

|                                                                        |               |
|------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Дома</b>                                                            |               |
| Подъем, утренний туалет                                                | 6.30 – 7.30   |
| <b>В дошкольном учреждении</b>                                         |               |
| Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика         | 7.00 – 8.00   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                         | 8.00 – 8.30   |
| Игры, занятия по подгруппам                                            | 8.30 – 9.20   |
| Самостоятельная деятельность                                           | 9.20-9.40     |
| Второй завтрак                                                         | 9.40 – 9.50   |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                        | 9.50 – 11.20  |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность                   | 11.20 – 11.40 |
| Подготовка к обеду, обед                                               | 11.40 – 12.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                         | 12.00 – 15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры                        | 15.00 – 15.15 |
| Самостоятельная деятельность, занятия по подгруппам                    | 15.15– 16.10  |
| Подготовка к усиленному полднику, полдник                              | 16.10–16.30   |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                        | 16.30 -18.00  |
| Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход домой | 18.00 – 19.00 |