

## РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ

2023-2024 уч.г.

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	1 смена обучения	Дошкольный возраст	(в выходные дни и каникулярное время)
Пробуждение	6.20	8.00	8.00
Утренняя гимнастика, закаливание, уборка постели, умывание	6.20-6.50	8.00-8.30	8.00-9.00
<b>Утренний завтрак</b>	<b>6.50-7.20</b>	<b>8.30-8.50</b>	<b>9.00-9.30</b>
Дорога в школу, прогулка	7.30-8.00		
Подготовка к занятиям		8.50-9.00	
Трудовой час, генеральная уборка			9.30-11.00
<b>Второй завтрак</b>			<b>11.00</b>
<b>Регламентированная деятельность:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учебные занятия в школе</li> <li>• Самоподготовка</li> <li>• Занятие 1</li> <li>• Занятие 2</li> <li>• Свободное время, игры, коррекционно-развивающие занятия со специалистами</li> </ul>	8.00-13.00	9.00-9.15 9.25-9.40 9.40-11.00	
Пребывание на воздухе, свободное время, занятия и игры по интересам		11.00-13.00	11.00-13.00
Дорога из школы, прогулка	13.00-13.30		
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>13.30-14.00</b>	<b>13.30-14.00</b>	<b>13.30-14.00</b>
Послеобеденный отдых, дневной сон		14.00-15.30	14.00-15.30
Дорога в школу, прогулка			
Пребывание на воздухе, свободное время, занятия и игры по интересам	14.00-15.30		
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.30-16.00</b>	<b>15.30-16.00</b>	<b>15.30-16.00</b>
<b>Регламентированная деятельность:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учебные занятия в школе</li> <li>• Самоподготовка</li> <li>• Муз занятия\физ.занятия\изодеятельность</li> </ul>	16.00-18.00	16.00-16.30	
<b>Нерегламентированная деятельность:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дорога из школы, прогулка</li> <li>• Пребывание на воздухе, подвижные игры и развлечения, занятия по интересам, игры, труд</li> </ul>	18.00-18.30	18.00-18.30	16.00-18.30
<b>Подготовка к ужину, ужин</b>	<b>18.30-19.00</b>	<b>18.30-19.00</b>	<b>18.30-19.00</b>
Свободное время, занятия по интересам, индивидуальные занятия, уборка в групповых комнатах	19.00-20.20	19.00-20.20	19.00-20.20
<b>Второй ужин</b>	<b>20.00-20.30</b>	<b>20.00-20.30</b>	<b>20.00-20.30</b>
Приготовление ко сну, приготовление одежды, проветривание спален, вечерний туалет	20.30-21.00	20.30-21.00	20.30-21.00
Свободное время, просмотр телепередач для воспитанников старше 15 лет	21.00-22.00		
<b>Сон</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Воспитанники 2-8 лет</li> <li>• Воспитанники 8-14 лет</li> <li>• Воспитанники 15 лет и старше</li> </ul>	21.00-6.30 22.00-6.30	21.00-8.00	21.00-8.00