

Режим дня (будни) детей школьного возраста (8-10 лет)		Режим дня (выходные и праздничные дни) детей школьного возраста (8-10 лет)	
Мероприятия	Время	Мероприятия	Время
Подъём (смена подгузника, одевание, обувание)	07.00-07.10	Подъём (смена подгузника, одевание, обувание)	07.00-07.10
Утренний туалет (умывание, чистка зубов, причёсывание)	07.10-07.35	Утренний туалет (умывание, чистка зубов, причёсывание)	07.10-07.35
Утренняя гимнастика	07.35-07.50	Утренняя гимнастика	07.35-07.50
Подготовка к завтраку (мытьё рук, одевание фартука)	07.50 -08.00	Подготовка к завтраку (мытьё рук, одевание фартука)	07.50 -08.00
Завтрак	08.00 - 08.30	Завтрак	08.00 - 08.30
Образовательная деятельность -занятия по расписанию: Индивидуальные занятия Групповые занятия	08.30- 10.00	Досуг (просмотр мультфильмов, чтение художественной литературы, игры)	08.30- 10.00
Второй завтрак	10.00-10.30	Второй завтрак	10.00-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30- 11.45	Подготовка к прогулке, прогулка, переодевание	10.30- 11.45
Переодевание, подготовка к обеду, умывание.	11.45 -12.00	Подготовка к обеду, умывание.	11.45 -12.00
Обед	12.00-12.30	Обед	12.00-12.30
Тихий час	12.30- 14.00	Тихий час	12.30- 14.00
Индивидуальные занятия, игры и занятия по интересам. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий.	14.00-15.00	Личное время, игры и занятия по интересам, просмотр телепередач. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий	14.00-15.00
Полдник	15.00- 15.30	Полдник	15.00- 15.30
Индивидуальные занятия, игры и занятия по интересам. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий.	15.30- 16.30	Умывание, переодевание. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий. Медицинские процедуры, прием лекарств	15.30- 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, переодевание Подвижные игры, занятия по интересам.	16.30- 17.45	Подготовка к прогулке, прогулка, переодевание	16.00- 17.45
Подготовка к ужину, умывание	17.45 – 18.00	Подготовка к ужину, умывание	17.45 – 18.00
Ужин	18.00- 18.30	Ужин	18.00- 18.30
Личное время, игры и занятия по интересам, индивидуальные занятия, просмотр телепередач. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий	18.30- 20.00	Личное время, игры и занятия по интересам, индивидуальные занятия, просмотр телепередач. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий	18.30- 20.00
Второй ужин	20.00-20.15	Второй ужин	20.00-20.15
Личное время, гигиенические процедуры (умывание, купание, высаживание на унитаз, подмывание, смена подгузников, переодевание)	20.15-21.00	Личное время, гигиенические процедуры (умывание, купание, высаживание на унитаз, подмывание, смена подгузников, переодевание)	20.15-21.00
Ночной сон (с учетом индивидуальных особенностей детей)	21.00-7.00	Ночной сон (с учетом индивидуальных особенностей детей)	21.00- 7.00

Режим дня составлен на основании СанПиН 2.4.3648-20