



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГУ СРЦН «Родник»

Цильнинского района

Л.И.Туркина

Режим дня

ОТДЕЛЕНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

Компоненты режима	Дошкол. возраст	Младшего школьного возраста	Среднего школьного возраста	Старшего школьного возраста
Подъём, уборка постели	6.30-6.45	6.30 – 6.45	6.30 – 6.45	6.30 – 6.45
Утренние процедуры	6.45-7.00	6.45 – 7.00	6.45 – 7.00	6.45 – 7.00
Зарядка	7.00-7.10	7.00 – 7.10	7.00 – 7.10	7.00 – 7.10
Завтрак 1	7.10-7.30	7.10 -7.30	7.10 – 7.30	7.10 – 7.30
Дорога в школу(прогулка)		7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00
Игровая деятельность, беседа	7.30 – 8.55	-	-	-
Подготовка к занятиям	8.55 – 9.20	-	-	-
Занятия	9.10 – 10.00	-	-	-
Подготовка к прогулке	10.00– 10.20	-	-	-
Прогулка	10.20-11.50			
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.50-12.00	-	-	-
Завтрак 2 (в школе)	-	9.40 – 9.50	10.35–10.55	10.35-10.55
Обед	12.00–12.30	12.00–12.30	12.30–13.00	13.30-14.00
Дневной сон	12.30–16.00	12.30–14.30	13.00–14.30	14.00 – 14.30
Приготовление домашнего задания	-	14.30–16.00	14.30–16.00	14.30-17.00
Занятия в кружках	-	15.00-15.45	15.00-15.45	15.00-15.45
Полдник	16.00–16.15	16.00–16.15	16.00–16.15	16.00-16.15
Занятия по социально-реабилитационным занятиям	-	16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00
Прогулка, подв.игры на воздухе	17.00-17.50	17.00-17.50	17.00-17.50	17.00-17.50
Подготовка к 1 ужину	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00
Ужин 1	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30
Свободная игровая деятельность	18.30-20.00	18.30-20.00	18.30-20.00	18.30-20.00
Ужин 2	20.00-20.15	20.00–20.15	20.00–20.15	20.00-20.15
Спокойные игры	20.15-20.30	20.15–20.45	20.15–20.45	20.15-20.45
Приготовление ко сну (вечерний туалет)	20.30-21.00	20.45-21.00	20.45–21.00	20.45-21.00
Сон	21.00-6.30	21.00 – 6.30	21.00 – 6.30	21.00– 6.30