

Рассмотрено и одобрено
 решением Педагогического
 совета ГКУСО РО Кочетовского
 центра помощи детям
 Протокол № 1 от «10» января 2022 года

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ГКУСО РО Кочетовского
 центра помощи детям
 Л.М. Никитченко
 Приказ № 14 от 10.01.2022 года



РЕЖИМ ДНЯ

Режимные моменты	Возрастные группы		
	Дошкольники	Младшие школьники	Старшие школьники
Подъем	7.30	7.00	6.30
Утренняя гимнастика, закаливание, умывание, уборка постелей.	7.30-8.00	7.00-7.30	6.30 -7 .30
Завтрак	8.00-8.40	7.30-8.00	7.30 - 8.00
Дорога в школу		8.00-8.30	8.00 - 8.30
Учебные занятия	9.00-11.00	8.30-13.00	8.30- 14.00
Второй завтрак	10.00-10.30	11.05-11.25	11.05-11.25
Дорога из школы, нерегламентированная деятельность.	11.00-12.00	13.00-13.30	14.00-14.30
Обед	12.00-12.30	13.30- 14.30	14.30 -15.00
Послеобеденный отдых (сон дошкольники) *Нерегламентированная деятельность *Пребывание на воздухе *Подвижные игры *Развлечения по выбору	12.30-15.00	14.30 -16.00	15.00 -16.30
Полдник	15.00-15.30	16.00 -16.30	16.30- 17.00
Регламентированная деятельность: *Работа с психологом *Работа по заданию учителя *Подготовка уроков	15.30-17.30	16.30-18.30	17.00-19.00
Ужин	18.00	19.00	19.00 -19.30
Пребывание на воздухе, занятия по интересам	17.30-18.00	18.30-19.00	19.30 -21.00
Второй ужин	19.30	20.30	21.00
Свободная деятельность	18.00-19.00	19.00-20.30	21.00-21.30
Подготовка ко сну	19.40	20.30 - 21.00	21.30 -22.00
Сон	20.00	21.00	22.00

РЕЖИМ ДНЯ
в выходные и каникулярные дни

Режимные моменты	Возрастные группы		
	Дошкольники	Младшие школьники	Старшие школьники
Подъем	8.00	7.00	7.00
Утренняя гимнастика, закаливание, умывание, уборка постелей.	8.00 - 9.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Завтрак	9.00 - 9.40	8.00 - 9.00	8.00 - 9.00
Регламентированная деятельность	9.40 - 10.20	9.00 - 10.20	9.00 - 11.00
Второй завтрак	10.20-10.30	10.20-10.30	11.00-11.30
Нерегламентированная деятельность. *Пребывание на воздухе *Подвижные игры *Развлечения по выбору *Занятия по интересам	10.30 -13.00	10.30 -13.00	11.30 -13.00
Обед	13.00 -14.00	13.00 -14.00	13.00 -14.00
Послеобеденный отдых	14.00 -16.00	14.00 -16.00	14.00 -16.00
Полдник	16.00	16.00	16.00- 16 30
Нерегламентированная деятельность *Пребывание на воздухе *Подвижные игры *Развлечения по выбору *Занятия по интересам	16.30 - 19.00	16.30 - 19.00	16.30 - 19.00
Ужин	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30
Свободная деятельность	19.30 -20.30	19.30 -20.30	19.30 -21.00
Второй ужин	19.30	20.30	21.00 - 21.30
Подготовка ко сну	20.40 - 21.00	20.40 - 21.00	21.30 -22.00
Сон	21.00	21.00	22.00