УТВЕРЖДАЮ
И.о. директор КГКУ
«Сосновоборский детский дом»
Н.И.Гусева
«___»_____ 2018г

Режим дня на I полугодие 2018-2019 учебного года

Режимные моменты	Дошкольн. (3 -- 7 лет)	Мл. школ. (8 - 11 лет)	Ср. школ. (12 - 14 лет)	Ст. школ. (15 - 18 л.)
Подъем.	7.00	7.00	7.00	7.00
Утренняя гимнастика, уборка постели, утренний туалет.	7.00 – 7.15	7.00 – 7.15	7.00 – 7.15	7.00 – 7.15
Подготовка к завтраку, завтрак.	7.15 – 7.30	7.15 – 7.30	7.15 – 7.30	7.15 – 7.30
Уход в школу.		7.30-8.00	7.30-8.00	7.30- 8.00
Игры, подготовка к образовательной деятельности.	7.30 – 9.00			
Образовательная деятельность с дошкольниками.	9.00 – 11.05			
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд).	11.05 – 12.35			
Возвращение с прогулки.	12.35 - 12.45			
Учеба в школе.		8.00 - 12.30	8.00 –13.30	8.00 – 14.30
Возвращение из школы.		12.30 - 12.45	13.30 - 13.45	14.30 – 14.45
Подготовка к обеду, обед.	12.45– 13.15	12.45 - 13.15	13.45 - 14.15	14.00 – 14.30
Подготовка ко сну, дневной сон.	13.15 – 15.30	13.15 – 14.45		
Прогулка, занятия в кружках, секциях города, со специалистами детского дома.			14.15 - 15.00	14.30 – 15.00
Подъем, водные, воздушные процедуры.	15.30 – 16.00	14.45-15.00		
Приготовление уроков, занятия в кружках, секциях города, со специалистами детского дома.		15.00-16.30	15.00-17.00	15.00-17.00
Подготовка к полднику, полдник.	16.00 – 16.15	16.00 - 16.15	16.00 - 16.15	16.00 - 16.15
Игровая, трудовая деятельность.	16.15 – 17.00	16.30-17.00		
Подготовка к вечерней прогулке, прогулка.	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00
Подготовка к ужину, ужин.	19:00 – 19.30	19.00 - 19.30	19.00 - 19.30	19.00 - 19.30
Игры.	19.30 – 20.10	19.30 – 20.10		
Проверка дом. заданий, дежурство.			19.30 – 20.10	19.30 – 20.10
Паужин	20.10-20.20	20.10-20.20	20.10-20.20	20.10-20.20
Чтение художественной литературы перед сном.	20.20 – 20.40			
Дежурство, проветривание помещений, закаливающие процедуры.		20.20 - 20.35	20.20 - 21.30	20.20 - 21.30
Вечерний туалет.	20.40 - 21.00	20.35 – 20.45	21.30 - 21.50	21.30 – 21.50
Время самостоятельной деятельности (чистка одежды, чтение худ. литературы, просмотр телепередач).		20.45 - 21.00	21.50 - 22.00	21.50 - 22.30
Отбой.	21.00	21.00	22.00	22.30
Сон.	21.00 – 7.00	21.00 - 7.00	22.00 - 7.00	22.30 – 7.00

Врач-педиатр Н.В.Устинова