

Утверждаю  
 Директор ГКУСО РО Новочеркасский центр  
 помощи детям №1  
 \_\_\_\_\_ Э.Н. Лаптева  
 «29» августа 2024 г.

### РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ

2024-2025 уч. г.

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	1 смена обучения	2 смена обучения	В выходные дни и каникулярное время
Пробуждение	6.20	6.20	8.00
Утренняя гимнастика, закаливание, уборка постели, умывание	6.20-6.50	6.20-6.50	8.00 – 9.00
<b>Утренний завтрак</b>	<b>6.50-7.20</b>	<b>6.50-7.20</b>	<b>9.00-9.30</b>
Дорога в школу, прогулка	7.30-8.00		
Подготовка к занятиям			
Трудовой час, генеральная уборка		7.20-9.00	9.30 – 11.00
<b>Регламентированная деятельность:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учебные занятия в школе</li> <li>• Самоподготовка</li> </ul>	8.00-13.00	9.00-11.00	
Пребывание на воздухе, свободное время, занятия и игры по интересам		11.00-12.00	11.00-13.00
Дорога в (из) школы, прогулка	13.00-13.30	12.00-12.30	
<b>Регламентированная деятельность:</b>		12.30-16.00	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учебные занятия в школе</li> </ul>			
Дорога в (из) школы, прогулка		16.00-16.30	
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>13.30-14.00</b>	<b>16.30-17.00</b>	<b>13.30-14.00</b>
Послеобеденный отдых, дневной сон			14.00-15.30
- Пребывание на воздухе, свободное время, занятия и игры по интересам	14.00-15.30		14.00-15.30
- Тихий час (дошкольники)	14.00-15.30		14.00-15.30
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.30-16.00</b>	<b>17.00-17.10</b>	<b>15.30-16.00</b>
<b>Регламентированная деятельность:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Самоподготовка</li> <li>• Музыкальные занятия\физ.занятия\изодеятельность</li> </ul>	16.00-18.00	17.10-18.00	
<b>Нерегламентированная деятельность:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <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>20.20-20.30</b>	<b>20.20-20.30</b>	<b>20.20-20.30</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>		21.00-8.00	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Воспитанники 3,5-8 лет</li> <li>• Воспитанники 8-14 лет</li> <li>• Воспитанники 15 лет и старше</li> </ul>	21.00-6.20 22.00-6.20		21.00-8.00 21.00-8.00 22.00-8.00