

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 ГКУСО РО «Большелогского центра  
 помощи детям»  
 \_\_\_\_\_ И.А. Ремишевская  
 Приказ № 2 от 10.01.2022

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**воспитанников ГКУСО РО Большелогского центра помощи детям**  
**на 2021-2022 учебный год**

№ п/п	Режимный момент	Дошкольники и младшие школьники	Воспитанники среднего и старшего возраста
<b>УЧЕБНОЕ ВРЕМЯ</b>			
1.	Подъем	7.00	7.00
2.	Зарядка	7.00-7.15	7.00-7.15
3.	Утренний туалет	7.15-7.35	7.15-7.35
4.	Завтрак	7.35-7.50	7.35-7.50
5.	Образовательная деятельность, занятия в школе, прогулка	8.00-12.30	08.00-14.00
6.	2 - завтрак	11.00-11.15	11.00-11.15
7.	Самоподготовка	12.30-13.30	15.00-15.45 16.00-17.30
8.	Обед	13.30-14.00	14.00-14.30
9.	Сон. Отдых	14.00-15.30	14.30-15.00
10.	Полдник	15.30-16.-00	15.45-16.00
11.	Занятия в кружках, клубах, секциях	16.00-16.45 с перерывами (продолжительность непрерывной обр. деятельности для детей (не более): 3 - 4 лет – 15 мин, 4 - 5 лет - 20 мин, 5 - 6 лет - 25 мин, 6 - 7 лет - 30 мин).	17.30-18.00
12.	Прогулка	16.45-17.30	
13.	Ужин	17.30-18.00	18.00-18.30
14.	Прогулка	18.00-19.30	18.30-19.30
15.	Второй ужин	19.30- 19.45	19.30- 19.45
16.	Нерегламентированная деятельность, свободное время	19.45-20.15	19.45-21.30
17.	Вечерний туалет	20.15-21.00	21.30-22.00
18.	Сон	21.00	22.00

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**воспитанников ГКУСО РО Большелогского центра помощи детям**  
**на 2021-2022 учебный год**

№ п/п	Режимный момент	Дошкольники и младшие школьники	Воспитанники среднего и старшего возраста
<b>КАНИКУЛЯРНЫЕ И ПРАЗДНИЧНЫЕ ДНИ</b>			
1	Подъем	7.30	7.30
2	Зарядка	7.30-7.45	7.30-7.45
3	Утренний туалет	7.45-8.15	7.45-8.15
4	Завтрак	8.15-8.45	8.15-8.45
5	Прогулка, нерегламентированная деятельность	8.45-11.00	8.45-11.00
6	2 - завтрак	11.00-11.30	11.00-11.15
7	Нерегламентированная деятельность, свободное время	11.30-13.30	11.30-14.00
8	Обед	13.30-14.00	14.00-14.30
9	Сон. Отдых	14.00-15.30	14.30-15.30
10	Полдник	15.30-16.-00	15.30-16.00
11	Нерегламентированная деятельность, свободное время	16.00-17.30	16.30-18.00
12	Ужин	17.30-18.00	18.00-18.30
14	Прогулка	18.00-19.30	18.30-19.30
15	Второй ужин	19.30- 19.45	19.30- 19.45
15	Нерегламентированная деятельность, свободное время	19.45-20.15	19.45-21.30
17	Вечерний туалет	20.15-21.00	21.30-22.00
18	Сон	21.00	22.00