«Утверждаю»

и.о. директора ГБУ АО

«Зейский СП «Солнечный»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.К. Баранюк

« 06 » февраля 2025 г.

**Режим дня**

**воспитанников ГБУ АО «Зейский СП»**

**(учебная неделя)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ВРЕМЯ** | **ДОШКОЛЬНАЯ ГРУППА** | **ВРЕМЯ** | **ШКОЛЬНАЯ ГРУППА** |
| **07.30** | **Подъём** | **06.45** | **Подъём** |
| **07.30-08.00** | **Гигиенические процедуры, зарядка** | **06.45-07.00** | **Гигиенические процедуры, зарядка** |
| **08.00-08.20** | **Завтрак** | **07.15-07.30** | **Завтрак** |
| **08.20-10.00** | **Занятия (развивающее, логопед, психолог)** | **07.35 -15.30** | **Отъезд в школу, занятия в школе** |
| **10.00-10.15** | **Второй завтрак** | **12.00-15.30** | **Обед** |
| **10.30-11.00** | **Реабилитационное занятие** | **15.30-15.45** | **Полдник** |
| **11.15-12.00** | **Прогулка** | **15.30-17.00** | **Отдых, кружки** |
| **12.00-12.30** | **Обед** | **17.00-18.00** | **Реабилитационное занятие** |
| **12.30-15.00** | **Тихий час** | **18.00-18.15** | **Ужин** |
| **15.30-15.45** | **Полдник** | **18.15-19.30** | **Самоподготовка** |
| **15.45-17.00** | **Игры, индивидуальная работа.** | **19.30-20.00** | **Свободное время** |
| **17.00-17.45** | **Прогулка** | **20.00-20.15** | **Второй ужин** |
| **18.00- 18.20** | **Ужин** | **20.15-21.00** | **Свободное время, занятия по интересам** |
| **18.20-20.00** | **Игры, чтение, творчество.** | **21.00-21.30** | **Вечерние гигиенические процедуры, подготовка ко сну** |
| **20.00- 20.15** | **Второй ужин** | **21.30** | **Отбой** |
| **20.15-20.45** | **Вечерние гигиенические процедуры, подготовка ко сну.** |  |  |
| **21.00** | **Отбой** |  |  |

**Режим дня**

**воспитанников ГБУ АО «Зейский СП»**

**(выходные, каникулы)**

|  |  |
| --- | --- |
| **время** | **Мероприятия режима** |
| **08.00** | **Подъем** |
| **8.00 – 8.15** | **Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры** |
| **8.30 – 9.00** | **Завтрак** |
| **9.00 – 9.20** | **Уборка комнат** |
| **9.30 – 10.30** | **Книжкин час (реабилитационное занятие)** |
| **10.30 – 12.00** | **Прогулка, выезды** |
| **12.00 – 12.30** | **Свободное время** |
| **12.30 – 13.00** | **Обед** |
| **13.00 – 15.00** | **Тихий час** |
| **15.30 – 15.45** | **Полдник** |
| **15.45 – 17.00** | **Досуговое мероприятие или кружок** |
| **17.00 – 17.45** | **Прогулка** |
| **18.00 – 18.30** | **Ужин** |
| **18.20 – 19.00** | **Реабилитационные занятия, дежурство в гардеробе** |
| **19.00 – 21.00** | **Свободное время, занятия по интересам** |
| **21.00 – 21.30** | **Гигиенические процедуры, подготовка ко сну** |
| **21.30 – 22.00** | **Отбой** |