



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГКУСО «Саткинский
реабилитационный центр»

Т.В. Поздеева

**РЕЖИМ ДНЯ
ВОСПИТАННИКОВ
ГКУСО «САТКИНСКИЙ РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР»
в каникулярное время**

№	Режимные моменты	Время	
		гр. девочек	гр. мальчиков
1	Подъём	7.30	
2	Утренняя гимнастика. Утренние гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку	7.30-8.15	7.30-8.40
3	Завтрак	8.15-8.35	8.40-9.00
4	Свободное время, подготовка к прогулке	8.35-9.30	9.00-9.30
5	Прогулка, мероприятие	9.30-12.15	9.30-12.15
6	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.15-12.30	12.15-13.00
7	Обед	12.30-12.55	13.00-13.30
8	Подготовка ко сну • Дневной сон (дошкольники, школьники с 7 до 11 лет); • Школьники с 11 лет – занятия по интересам, экскурсии, работа на приусадебном участке и т.д.	12.55-15.30	13.30-15.30
9	Подъём, гигиенические процедуры	15.30-16.00	15.30-16.20
10	Полдник	16.00-16.20	16.20-16.40
11	Подготовка к прогулке, прогулка Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.20-18.20	16.40-18.40
12	Ужин	18.20-18.40	18.40-19.00
13	Прогулка Возвращение с прогулки, подготовка ко 2 ужину	18.40-20.15	19.00-20.25
14	Второй ужин	20.15-20.25	20.25-20.35
15	• Гигиенические процедуры, подготовка ко сну (дошкольники, школьники с 7 до 11 лет); • Общественно-полезный труд.	20.25-21.00	20.35 -21.00
16	Сон (дошкольники, школьники с 7 до 11 лет)	21.00	21.00
17	Свободное время (школьники с 11 лет)	21.00-21.30	
18	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	21.30-22.00	
19	Сон (школьники с 11 лет)	22.00	