

Согласовано
Заведующая отделением
социальной реабилитации
(социальный приют)
Д.Б.Заплавина
2025г.

Согласовано
Врач-педиатр ГБУСОН РО
«СРЦ Цимлянского района»
Е.Ю. Никонова
2025г.



**ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ
ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ ДОШКОЛЬНО – ШКОЛЬНОЙ ГРУППЫ
в выходные дни и каникулярное время с 01.09.2025 - 31.05.2026г**

Режимные моменты	Время
Постепенный подъем, утренний туалет, гигиенические процедуры:	07:30 - 07:50
Утренняя зарядка	07:50 - 08:10
Завтрак	08:10 - 08:30
Занятия в кружках, групповые занятия	08:30 - 10:00
Второй завтрак	10:00 - 10:10
Подготовка к прогулке, прогулка (экскурсии, подвижные игры)	10:10 - 11:40
Самостоятельная деятельность, общение	11:40 - 12.40
Обед	12:30 - 13:00
Подготовка ко сну, дневной сон и отдых	13:00 - 15:00
Групповые занятия, кружковая деятельность	15:00 - 16:00
Полдник	16:00 - 16:15
Подготовка к прогулке, прогулка	16:15 - 18:00
Ужин	18:00 - 18:20
Групповые занятия	18:20 - 19:20
Самостоятельная деятельность, игры, общение, просмотр телепередач	19:20 - 20:30
Второй ужин	20:00 - 20:10
Подготовка ко сну, вечерний туалет, гигиенические процедуры	20:30 - 21:00
Ночной сон	21-00