

СОГЛАСОВАНО:

Врач - педиатр

Новомлинова Е.А.

Директор ФКУ «Детский дом № 6»

С.Н. Терешко



УТВЕРЖДАЮ

РЕЖИМ ДНЯ ШКОЛЬНИКОВ

Деятельность	Возраст воспитанников	Время	Примечание
Подъём	7-18 лет	7.00	
Утренняя зарядка	7-18 лет	7.00.-7.15	
Утренний туалет, уборка спален.	7-18 лет	7.15-7.35	
Завтрак	7-18 лет	7.35-8.00	
Подготовка к учебным занятиям	7-18 лет	8.00-8.30	
Учебные занятия.	7-10 лет 11-18 лет	8.30-13.30 8.30-14.00	11.00-второй завтрак.
Обед	7-18 лет	12.45-13.15	
Прогулка, подвижные игры	7-10 лет 11-18 лет	13.30-14.30 14.00-14.30	
Занятия по интересам (внеклассные занятия, посещение кружков)	7-10 лет 11-18 лет	14.30-15.00 14.30-15.30	
Прогулка, подвижные игры	7-10 лет 11-18 лет	15.00-16.00 15.30-16.00	
Полдник	7-18 лет	16.00-16.20	
Самоподготовка	7-18 лет	16.20-18.00	
Ужин	7-18 лет	18.00-18.30	
Прогулка	7-10 лет 11-18 лет	18.30-19.30 18.30-19.00	
Самоподготовка	11-18 лет	19.00-19.30	
Занятия по интересам (беседы, мероприятия).	7-18 лет	19.30-20.00	
Второй ужин	7-18 лет	20.00-20.20	
Общественно-полезный труд (самообслуживание, дежурство)	7-10 лет 11-18 лет	20.20-20.40 20.20-21.30	
Подготовка ко сну	7-10 лет 11-18 лет	20.40-21.00 21.30-22.00	
Ночной сон	7-10 лет 11-18 лет	21.00-7.00 22.00-7.00	

**Просмотр телепередач в течение дня: 7-10 лет не более 1 часа,
11-18 лет не более 1,5 часа.**