

 «Утверждаю»
Директор ГКУ СО Московской
области «Непоседы»
Н.С. Курышова

Режим дня детей 1-3 лет

7.30 – 8.00 Подъем, утренний туалет
8.00 – 8.30 Гигиенические процедуры, утренняя гимнастика, дежурство
8.30 – 9.00 Подготовка к завтраку, завтрак
9.00 – 9.30 Игры
09.30 – 09.45 Подготовка к занятиям
9.55-10.10 Занятия
10.10-10.20 Второй завтрак
10.20 – 12.00 Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)
12.00 – 12.15 Возвращение с прогулки
12.15 – 12.45 Подготовка к обеду, обед
12.45 – 15.00 Подготовка ко сну, дневной сон
15.00 – 15.30 Подъем, воздушные, водные процедуры,
16.00 – 16.30 Подготовка к полднику, полдник
16.30 – 17.00 Игры, досуговые мероприятия, самостоятельная худож. деятельность
17.00 – 18.00 Подготовка к прогулке, прогулка
18.00 – 18.30 Возвращение с прогулки
18.00 – 18.30 Подготовка к ужину, ужин
18.30 - 19.30 Подготовка к прогулке, прогулка
19.30 – 20.00 Игры: сюжетно-ролевые, в игровых зонах по интересам
20.00 – 20.30 Второй ужин
20.30 – 21.00 Гигиенические процедуры
21.00 – 7.00 (7.30) Укладывание, ночной сон



Режим дня детей 3-6 лет

- 7.00 – 7.30 Подъем, утренний туалет
- 7.30 – 8.00 Гигиенические процедуры, утренняя гимнастика, дежурство
- 8.00 – 8.30 Подготовка к завтраку, завтрак
- 8.30 - 9.00 Игры, подготовка к занятиям
- 9.00 - 9.25, 9.35-10.00 Занятия
- 10.00 – 10.10 Второй завтрак
- 10.20 – 10.45 Подготовка к занятиям, занятия
- 10.45 – 12.30 Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)
- 12.30 – 12.45 Возвращение с прогулки
- 12.45 – 13.10 Подготовка к обеду, обед
- 13.10 – 15.00 Подготовка ко сну, дневной сон
- 15.00 – 15.40 Подъем, воздушные, водные процедуры, игры
- 15.40 – 16.00 Подготовка к полднику, полдник
- 16.00 – 17.00 Игры, досуговые мероприятия, самостоятельная художественная деятельность
- 17.00 - 17.45 Подготовка к прогулке, прогулка
- 17.45 – 18.00 Возвращение с прогулки
- 18.30 – 18.50 Подготовка к ужину, ужин
- 19.00 - 19.50 Подготовка к прогулке, прогулка
- 20.00 - 20.15 Второй ужин
- 20.15 – 20.45 Игры: сюжетно-ролевые, настольно-печатные, в игровых зонах по интересам
- 20.45 – 21.00 Гигиенические процедуры
- 21.00 – 7.00 (7.30) Укладывание, ночной сон

Режим дня детей школьного возраста, студентов

7.00	Подъем
7.00-7.30	Гигиенические процедуры, утренняя гимнастика, дежурство
7.30-8.00	Завтрак
8.00-8.15	Уход в школу
8.30-13.30	Занятие в школе воспитанников младшего школьного возраста
8.30-14.00	Занятия в школе воспитанников среднего и старшего школьного возраста, студентов
13.30-14.00	Свободное время воспитанников младшего школьного возраста
14.00-14.30	Обед воспитанников младшего школьного возраста
14.30-15.00	Обед воспитанников среднего и старшего школьного возраста, студентов
15.00-15.45	Час досуга (кружки, секции, мастерские, работа на участке, прогулки на свежем воздухе)
15.45-16.00	Полдник
16.00-16.20	Занятия по программе социального воспитания Сидоровой Л.К.
16.20-17.45	Самоподготовка начальных классов
16.20-18.00	Самоподготовка воспитанников среднего и старшего школьного возраста, студентов
18.00-18.30	Прогулка воспитанников
18.30-19.00	Ужин
19.30-20.00	Прогулка воспитанников школьного возраста, студентов
20.15-20.45	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну младших школьников
20.00-20.20	Уборка групп, и кружковых комнат воспитанников среднего и старшего школьного возраста, студентов
20.20-21.00	Свободное время воспитанников среднего и старшего школьного возраста, студентов
20.45-21.00	Сон воспитанников младшего школьного возраста
21.00-21.15	Второй ужин воспитанников школьного возраста, студентов
21.15-21.50	Просмотр кинофильмов, видеофильмов, вечера
21.30-22.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну
22.00	Сон старших воспитанников
23.00	Сон воспитанников студентов

Заместитель директора



Е.А. Константинова