

государственное казенное учреждение социального обслуживания
Ростовской области центр помощи детям, оставшимся без попечения
родителей, «Сулинский центр помощи детям»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКУСО РО
Сулинского центра помощи детям
_____ Костюкова С.Е.
Приказ № 26 от 10.01.2022

РЕЖИМ ДНЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Режимные моменты	Время (дошкольного возраста)
1. Подъём	07.30
2. Утренняя зарядка, утренний туалет	07.30-08.00
3. Завтрак	08.00-08.20
4.Рефлексия	08.20 -09.30
5. Обучающие занятия	09.30-11.00
6. Второй завтрак	11.00-11.10
7. Подвижные игры на свежем воздухе, прогулки	11.10-12.10
8. Обед	12.10-13.00
9. Дневной сон	13.00-15.00
10. Уборка постелей, туалет	15.00-15.30
11. Полдник	16.00- 16.20
12. Прогулка на свежем воздухе, подвижные игры, самообслуживающий труд, просмотр фильмов, чтение книг	16.10- 19.00
13. Ужин	19.00-19.30
14. Свободное время, час тихих игр, просмотр ТВ	19.30-20.00
16. Поздний ужин	20.00-20.30
17. Подготовка ко сну, вечерний туалет	20.30-21.00
18. Сон	21.00