

РАСПОРЯДОК ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ

ГБОУ ЦРО № 7 ДТСЗН города Москвы

на летний период 2021-2022 учебный год

время	режимные мероприятия
8.00. – 8.15.	Подъем и уборка постелей
8.15. – 8.35.	Гигиенические процедуры
8.35. – 8.45.	Утренняя гимнастика (на свежем воздухе, в дождливое время в помещении)
8.45. – 9.00.	Завтрак
9.00. – 9.10.	Утренняя линейка
9.15. – 09.55. 10.05. – 10.45.	Работа проектных мастерских (кружков) и проведение реабилитационно-медицинских процедур
10.45 – 11.15.	Второй завтрак
11.15. – 11.55. 12.05. – 12.45. 12.55. – 13.35.	Работа проектных мастерских (кружков) и проведение реабилитационно-медицинских процедур
13.35. – 14.05.	Обед
14.10. – 15.10.	Послеобеденный дневной сон (для детей старше 15 лет возможно чтение книг, настольные игры)
15.10. – 15.30.	Полдник
15.30. – 16.10. 16.20. – 17.00. 17.10. – 17.50. 18.00. – 18.40.	Работа проектных мастерских (кружков) и проведение реабилитационно-медицинских процедур
18.40. – 19.10.	Ужин
19.20. – 20.10.	Социокультурные мероприятия
20.15. – 20.30.	Второй ужин
20.30. – 21.00	Вечерняя прогулка
21.00. – 21.50.	Вечерний туалет, подготовка ко сну
22.00. – 8.00.	Сон