

# РАСПОРЯДОК ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ

ГБОУ ЦРО № 7 ДТСЗН города Москвы

на летний период 2024 года

<b>время</b>	<b>режимные мероприятия</b>
<b>8:00 – 8:20</b>	Подъем и уборка постелей
<b>8:20 – 8:40</b>	Гигиенические процедуры
<b>8:40 – 8:50</b>	Утренняя гимнастика (на площади перед клубом-столовой, в дождливое время в актовом зале)
<b>8:50 – 9:10</b>	Завтрак
<b>9:10 – 9:20</b>	Утренняя линейка (на площади перед клубом-столовой, в дождливое время в актовом зале)
<b>9:20 – 10:00</b> <b>10:10 – 10:50</b>	Работа проектных мастерских и проведение медицинских процедур
<b>10:50 – 11:20</b>	Второй завтрак
<b>11:20 – 12:00</b> <b>12:10 – 12:50</b> <b>13:00 – 13:40</b>	Работа проектных мастерских и проведение медицинских процедур
<b>13:40 – 14:10</b>	Обед
<b>14:10 – 15:40</b>	Послеобеденный дневной отдых (сон, чтение книг, настольные игры)
<b>15:50 – 16:10</b>	Полдник
<b>16:10 – 16:50</b> <b>17:00 – 17:40</b> <b>17:50 – 18:30</b>	Работа проектных мастерских и проведение медицинских процедур
<b>18:40 – 19:10</b>	Ужин
<b>19:10 – 20:10</b>	Социокультурные мероприятия
<b>20:10 – 20:30</b>	Второй ужин
<b>20:30 – 21:00</b>	Вечерняя прогулка
<b>21:00 – 21:50</b>	Вечерний туалет, подготовка ко сну
<b>22:00 – 8:00</b>	Сон