

## **РЕЖИМ ДНЯ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ**

### **осенне-весенний период**

<b>08.00 – 09.00</b>	Подъём, термометрия Утренняя зарядка, утренний туалет, лечебные процедуры
<b>09.00 – 09.30</b>	Завтрак Лечебные процедуры, школа (первая смена) или самоподготовка,
<b>09.30 – 13.10</b>	прогулка, посещение студий и секций, второй завтрак (10.50-11.00)
<b>13.10 – 13.40</b>	Обед
<b>13.40 – 14.50</b>	Дневной сон
<b>14.50 – 15.15</b>	Подъём, термометрия, индивидуальные лечебные процедуры, полдник
<b>15.15 – 19.00</b>	Школа (вторая смена) или самоподготовка, прогулка, посещение студий и секций, культурно- досуговые мероприятия
<b>19.00 – 19.30</b>	Ужин
<b>19.30 – 20.30</b>	Свободное время (просмотр телепередач (ДВД), спокойные игры, чтение книг)
<b>20.30 – 21.00</b>	Второй ужин, вечерний туалет
<b>21.00</b>	Ночной сон

<b>Работа воспитателя:</b>	утро	<b>08.30 – 13.30</b>
	вечер	<b>15.30 – 20.30</b>