



**Режим дня воспитанников КГКУ «Лесосибирский детский дом
им. Ф.Э. Дзержинского»
(выходные и каникулярные дни)**

Режимные моменты	Время суток (ч)	
	1 -4 классы	5-11 классы
Подъем	8.30	8.30
Зарядка, уборка спален, утренний туалет	8.30-9.00	8.30-9.00
Завтрак	9.00-9.20	9.00-9.20
Свободное время, трудовые дела, соревнования, спортивные мероприятия	9.20-13.00	9.20-13.00
2-ой завтрак	11.00-11.15	11.00-11.15
Прогулка	13.00- 14.00	13.00- 14.00
Обед	14.00- 14.30	14.00-14.30
Дневной отдых	14.00-15.00	
Занятия по интересам (кружки, секции, творческие объединения, тихие игры, рукоделие, чтение, просмотр кинофильмов)	15.00-15.30	14.30-15.30
Прогулка, экскурсии, игры на воздухе	15.30-16.00	15.30-16.00
Полдник	16.00-16.10	16.00-16.10
Общее досуговое мероприятие, спортивные мероприятия	16.10-17.10	16.10-18.00
Мероприятия по плану воспитателя, труд,	17.10-18.00	18.00-19.00
Прогулка, занятия по интересам	18.00-19.00	-
Ужин	19.00-19.30	19.00-19.30
Свободное время, прогулка, уход за одеждой, вечерний туалет	19.30-20.40	19.30-20.40
Паузин	20.40-20.45	20.40-20.45
Чтение перед сном. Индивидуальная работа воспитателя	20.45-21.00	20.45-22.00
Сон	21.00-7.00	22.00-7.00