Приложение № 2
к приказу ГОБУ «МЦПД «Журавушка»
от 11.01.2021 г. № 31

# РЕЖИМ ДНЯ
## воспитанников школьного возраста
## 1 группы- семьи «ГОБУ «МЦПД «Журавушка»
## на 2021 год.

| Режимные моменты | Время |
|---|---|
| Подъем | 7.00 |
| Зарядка, утренний туалет | 7.00-7.40 |
| Завтрак | 7.40-8.00 |
| Дорога в школу | 8.00-8.30 |
| Учебные занятия | 8.30-13.30 |
| Второй завтрак | в школе |
| Дорога из школы | 13.30-13.45 |
| Прогулка, спортивный час | 13.45-14.30 |
| Обед | 14.30-15.00 |
| Самоподготовка | 15.00.-16.00 |
| Полдник | 16.00-16.15 |
| Самоподготовка | 16.15-17.15 |
| Воспитательные мероприятия, занятия в кружках, индивидуальная работа | 17.15.-18.15 |
| Ужин | 18.15-18.35 |
| Прогулка, свободное время | 18. 35-20.30 |
| Второй ужин. | 20.30-20.45 |
| Общественно-полезный труд (в форме самообслуживания, дежурство) | 20.45-21.30 |
| Вечерний туалет. | 21.30-22.00 |
| Отбой. | 22.00 |

Приложение № 2
к приказу ГОБУ «МЦПД «Журавушка»
от 11.01.2021 г. № 31

**РЕЖИМ ДНЯ**
**воспитанников школьного возраста**
**2 группы- семьи «ГОБУ «МЦПД «Журавушка»**
**на 2021 год.**

| Режимные моменты | 5-11 класс |
|---|---|
| Подъем | 7.00 |
| Зарядка, утренний туалет | 7.00-7.40 |
| Завтрак | 7.40-8.00 |
| Дорога в школу | 8.00-8.30 |
| Учебные занятия | 8.30-13.30 |
| Второй завтрак | в школе |
| Дорога из школы | 13.30-13.45 |
| Прогулка, спортивный час | 13.45-14.30 |
| Обед | 14.30-15.00 |
| Самоподготовка | 15.00.-16.00 |
| Полдник | 16.00-16.15 |
| Самоподготовка | - |
| Воспитательные мероприятия, занятия в кружках, индивидуальная работа | 16.15-17.15 |
| Ужин | 17.15.-18.15 |
| Прогулка, свободное время | 18.15-18.35 |
| Второй ужин. | 18. 35-20.30 |
| Общественно-полезный труд (в форме самообслуживания, дежурство) | - |
| Вечерний туалет. | 20.30-20.45 |
| Отбой. | 20.45-21.30 |
| | 21.30-22.00 |
| | 22.00 |

Приложение № 2
к приказу ГОБУ «МЦПД «Журавушка»
от 11.01.2021 г. № 31

**РЕЖИМ ДНЯ**
**воспитанников школьного возраста**
**3 группы-семьи «ГОБУ «МЦПД «Журавушка»**
**на 2021 год.**

| Режимные моменты | 1кл. 7лет | 2-3 класс 8 - 9лет | 4 класс 10 лет |
|---|---|---|---|
| Подъем | 7.20 | 7.20 | 7.00 |
| Зарядка, утренний туалет | 7.20-7.55 | 7.20-7.55 | 7.00-7.35 |
| Завтрак | 7.55-8.10 | 7.55 -8.10 | 7.35- 8.00 |
| Дорога в школу | 8.10-8.30 | 8.10-8.30 | 8.00-8.30 |
| Учебные занятия | 8.30-13.00 | 8.30-13.00 | 8.30-13.00 |
| Второй завтрак | в школе | в школе | в школе |
| Дорога из школы | 13.00-13.15 | 13.00-13.15 | 13.00-13.15 |
| Прогулка, спортивный час | 13.15-14.00 | 13.15-14.00 | 13.15-14.00 |
| Обед | 14.00-14.30 | 14.00-14.30 | 14.00-14.30 |
| Отдых, прогулка | 14.30-16.00 | 14.30-15.00 | 14.30-15.00 |
| Самоподготовка | - | 15.00-16.00 | 15.00-16.00 |
| Полдник | 16.00-16.15 | 16.00-16.15 | 16.00-16.10 |
| Самоподготовка | - | 16.15-16.45 | 16.10.-17.10 |
| Свободное время, прогулка | 16.15-17.00 | 16.45-17.00 | - |
| Воспитательные мероприятия, занятия в кружках, индивидуальная работа | 17.00-18.00 | 17.00-18.00 | 17.10-18.00 |
| Ужин | 18.00-18.30 | 18.00-18.30 | 18.00-18.30 |
| Прогулка, свободное время | 18.30-19.50 | 18.30-19.50 | 18.30-20.15 |
| Общественно-полезный труд (в форме самообслуживания, дежурство) | - | 19.50-20.15 | 20.15-20.30 |
| Второй ужин. | 19.50-20.05 | 20.15-20.30 | 20.30-20.45 |
| Вечерний туалет. | 20.05-20.30 | 20.30-20.50 | 20.45-21.00 |
| Отбой. | 20.30 | 20.50 | 21.00 |

Приложение № 2
к приказу ГОБУ «МЦПД «Журавушка»
от 11.01.2021 г. № 31

**РЕЖИМ ДНЯ**
**воспитанников дошкольного возраста ГОБУ «МЦПД «Журавушка»**
**на 2021 год.**

| Режимные моменты | Дошкольный возраст (3-5 лет) | Дошкольный возраст (5-7 лет) |
|---|---|---|
| Подъем | 8.00 | 7.30 |
| Зарядка, утренний туалет | 8.00-8.30 | 7.30-8.00 |
| Завтрак | 8.30-9.00 | 8.00-8.30 |
| Самостоятельная деятельность (дидактические игры, игры по интересам) | - | 8.30-9.00 |
| Занятия | I - 9.00-9.20<br>II -9.30- 9.50 | I-9.00-9.30<br>II -9.40-10.10<br>III -10.20-10.50 |
| Второй завтрак | 9.50-10.00 | 10.50-11.00 |
| Прогулка (наблюдение за живой и неживой природой, подвижные игры, труд на участке, экскурсии, физкультурные занятия) | 10.00-12.00 | 11.00-12.30 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 12.00-13.00 | 12.30-13.00 |
| Обед | 13.00-13.30 | 13.00-13.30 |
| Подготовка ко сну. Сон. | 13.30-15.30 | 13.30-15.30 |
| Подъем, водные процедуры. | 15.30-15.45 | 15.30-15.45 |
| Полдник | 15.45-16.00 | 15.45-16.00 |
| Прогулка (наблюдение за живой и неживой природой, подвижные игры) | 16.00-18.00 | 16.00-18.00 |
| Ужин | 18.00-18.30 | 18.00-18.30 |
| Воспитательные мероприятия, занятия в кружках, индивидуальная работа | 18.30-19.00 | 18.30-19.00 |
| Прогулка | - | 19.00-19.30 |
| Свободное время | 19.00-20.30 | 19.30-20.30 |
| Второй ужин. | 20.30-20.45 | 20.30-20.45 |
| Вечерний туалет. | 20.45-21.00 | 20.45-21.00 |
| Отбой. | 21.00 | 21.00 |

Приложение № 2
к приказу ГОБУ «МЦПД «Журавушка»
от 11.01.2021 г. № 31

**РЕЖИМ ДНЯ**
**воспитанников школьного возраста ГОБУ «МЦПД «Журавушка»**
**в выходные и каникулярные дни**
**на 2021 год.**

| Режимные моменты | 1-4 класс | 5-11 класс |
|---|---|---|
| Подъем | 8.00 | 8.00 |
| Зарядка, утренний туалет | 8.00-9.00 | 8.00-9.00 |
| Завтрак | 9.00- 9.20 | 9.00- 9.20 |
| Свободное время | 9.20-11.00 | - |
| Общественно-полезный труд (в форме самообслуживания, дежурство) | - | 9.00-11.00 |
| Прогулка, плановые мероприятия на свежем воздухе | 11.00-13.00 | 11.00-13.00 |
| Обед | 13.00-13.30 | 13.00-13.30 |
| Прогулка, плановые мероприятия на свежем воздухе | 13.30-16.00 | 13.30-16.00 |
| Полдник | 16.00-16.15 | 16.00-16.15 |
| Занятия в кружках, деятельность по интересам, индивидуальная работа | 16.15-17.15 | 16.15-17.15 |
| Прогулка | 17.15-18.00 | 17.15-18.00 |
| Ужин | 18.00-18.30 | 18.00-18.30 |
| Прогулка | 18.30-19.30 | 18.30-19.30 |
| Свободное время. | 19.30-20.30 | 19.30-20.30 |
| Второй ужин. | 20.30-20.45 | 20.30-20.45 |
| Гигиенические процедуры, подготовка ко сну | 20.45-22.00 | 20.45-22.00 |
| Ночной сон | 22.00- 8.00 | 22.00-8.00 |