



Утверждаю
Директор ГБУ

«Далматовский детский дом»

Л.В. Максимова

Режимные моменты	Время
1. Подъём	7.15
2. Утренний туалет, уборка спален	7.15-7.35
3. Зарядка	7.35 – 7.50
4. Завтрак	7.45 – 8.00
5. Линейка	8.00-8.10
6. Прогулка	8.10 – 8.30
7. Учебные занятия	8.30 – 14.20
8. Обед	12.30 – 14.30
9. Общее мероприятие	15.00-15.30
10. Спортивный час, общественно полезный труд, свободное время	15.30 – 16.00
11. Полдник	16.00 – 16.15
12. Самоподготовка	16.15 – 18-00
13. Работа кружков	По расписанию педагогов дополнительного образования
14. Прогулка на воздухе, игры на воздухе	18.00 – 20.00
15. Ужин	19.00 – 19.20
16. Воспитательский час	20.00-20.30
17. Сонник	20.30
18. Подготовка ко сну (младшее звено)	20.40-21.00
19. Отбой (младшее звено)	21.00
20. Свободное время, просмотр ТВ	20.30- 21.30
21. Подготовка ко сну, вечерний туалет (старшее звено)	21.30 - 22.00
22. Отбой	22.00