

***Режим жизнедеятельности детей в доме-интернате***  
*отделения психолого-педагогической помощи*  
*Средний и старший возраст, 2 этаж*

<b><i>Время</i></b>	<b><i>Содержание деятельности</i></b>
7 <sup>00</sup> – 7 <sup>20</sup>	Пробуждение, постепенный подъем, одевание.
7 <sup>20</sup> – 7 <sup>50</sup>	Гигиенические процедуры: утренний туалет, умывание. Застилание кроватей.
8 <sup>00</sup> – 8 <sup>15</sup>	Утренняя гимнастика
8 <sup>15</sup> – 8 <sup>45</sup>	Завтрак
8 <sup>45</sup> – 9 <sup>00</sup>	Гигиенические процедуры
	<b>Занятия с воспитателем, учителем</b>
9 <sup>00</sup> – 9 <sup>15</sup>	1 – е занятие
9 <sup>20</sup> – 9 <sup>35</sup>	2 – е занятие
9 <sup>35</sup> – 9 <sup>50</sup>	Минутка релаксации
9 <sup>50</sup> – 10 <sup>05</sup>	3 – е занятие
10 <sup>10</sup> -10 <sup>25</sup>	Коррекционная минутка
10 <sup>25</sup> – 10 <sup>30</sup>	Подготовка к прогулке
10 <sup>30</sup> – 12 <sup>00</sup>	<b>Прогулка 1</b>
12 <sup>00</sup> – 12 <sup>10</sup>	Подготовка к обеду
12 <sup>10</sup> – 13 <sup>00</sup>	Обед. Подготовка к дневному сну
13 <sup>00</sup> – 15 <sup>30</sup>	Дневной сон
15 <sup>30</sup> – 15 <sup>45</sup>	Гимнастика-пробуждение, подъем
15 <sup>45</sup> – 16 <sup>15</sup>	Полдник
16 <sup>15</sup> – 16 <sup>45</sup>	4-е занятие / воспитательский час
16 <sup>45</sup> – 16 <sup>50</sup>	Подготовка к прогулке
16 <sup>50</sup> – 17 <sup>50</sup>	<b>Прогулка 2</b>
17 <sup>50</sup> – 18 <sup>00</sup>	Подготовка к ужину
18 <sup>00</sup> – 18 <sup>30</sup>	Ужин
18 <sup>30</sup> – 20 <sup>00</sup>	Воспитательский час, свободная деятельность (спокойные игры, индивидуальная работа, чтение худ. литературы, просмотр телепередач)
20 <sup>00</sup> – 20 <sup>30</sup>	Второй ужин
20 <sup>30</sup> – 21 <sup>30</sup>	Подготовка к ночному сну: гигиенические процедуры, вечерний туалет
22 <sup>00</sup> – 07 <sup>00</sup>	Ночной сон