



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Ковтун Н.В.



Режимные моменты в выходной день ОГКОУ «Моряковская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

№ п/п	Режимные моменты	Начальные классы	Старшие классы
1.	Подъем. Зарядка	8.00 – 8.10	8.00 – 8.15
2.	Утренний туалет	8.10 – 8.30	8.15 – 9.00
3.	Генеральная уборка спален	8.30 – 9.20	9.00 – 9.45
4.	Завтрак	9.20 – 9.35	9.45 – 10.00
5.	Беседы, чтение книг, веселый счет, раскрашивание	10.00 – 11.35	10.00 – 11.35
6.	Второй завтрак	11.35 – 11.45	11.35 – 12.00
7.	Прогулка, подвижные игры, физический труд, экскурсии, наблюдения	11.45-14.00	12.00-15.00
8.	Обед	14.00 – 14.20	15.00 – 15.20
9.	Библиотечный час	14.20 – 15.20	
10.	Прогулка, опт, полдник	15.20 – 16.30	15.20 – 16.30
16.30 – 17.30			
Мероприятия выходного дня			
11.	Посещение кружков, развивающие занятия, детское чтение, просмотр мультфильмов	17.30 – 18.00	17.30 – 18.30
12.	Спортивный час	18.00 – 19.00	18.30 – 19.30
13.	Ужин	19.00 – 19.15	19.30 – 19.45
14.	Тихие игры, вечерняя прогулка, влажная уборка помещений	19.15 – 20.15	19.45 – 20.30
15.	Вечерний туалет	20.15 – 21.00	20.30 – 21.30
16.	Отбой	21.00	21.30