

## Режим дня

Режим дня представляет собой распорядок бодрствования и сна, чередования различных видов деятельности и отдыха в течение суток.

### Правильно организованный режим дня предусматривает:

1. Правильное чередование труда и отдыха.
2. Регулярный прием пищи.
3. Сон определенной продолжительности, с точным временем подъема и отхода ко сну.
4. Определенное время для утренней гимнастики и гигиенических процедур.
5. Определенное время для приготовления домашних заданий.
6. Определенную продолжительность отдыха с максимальным пребыванием на открытом воздухе.

## Начальное общее образование

### Режим дня

Время	Режим дня	
	1 дополнительные -1 классы	2-4 классы
7.00	подъем	подъем
7.00-7.40	Водные процедуры, утренний туалет, утренняя гимнастика, застилание кроватей	
7.40-8.15	Подготовка к завтраку, завтрак, прогулка	Свободные игры под руководством воспитателей, прогулка
8.15-8.30	Артикуляционная гимнастика, подготовка к урокам	
8.30-10.00	Урочная деятельность	
10.00-10.20	Второй завтрак	
11.00-11.20		Второй завтрак
12.00-12.45	Динамический час на свежем воздухе	
12.50-13.05	Подготовка к обеду, обед	Урочная деятельность (до 13.25)
13.05-15.00	Прогулка, подвижные игры на свежем воздухе, внеурочная деятельность: индивидуальные и подгрупповые логопедические и коррекционные занятия, подготовка к тихому часу	13.30-14.00- подготовка к обеду, обед 14.00-17.00- прогулка, подвижные игры на свежем воздухе, внеурочная деятельность: индивидуальные и подгрупповые логопедические и коррекционные занятия
15.00-16.00	Тихий час (1 доп.- 1 классы)	
16.00-17.00	Прогулка, подвижные игры на свежем воздухе, внеурочная деятельность: индивидуальные и подгрупповые логопедические и коррекционные занятия	

<b>16.00-16.15</b>	Полдник	
<b>17.00-17.30</b>	Работа по занятию учителя, учителя-логопеда	<b>17.00-18.00-</b> Самоподготовка
<b>17.30-18.00</b>	Воспитательский «час» (игры, беседы, проектная деятельность)	<b>18.00-18.30-</b> Воспитательский «час» (игры, беседы, проектная деятельность)
<b>18.00-18.20</b>	Индивидуальная работа по заданию логопеда, самостоятельные игры детей	<b>18.30-19.00-</b> Индивидуальная работа по заданию учителя-логопеда, самостоятельные игры детей
<b>18.30-19.00</b>	Подготовка к ужину, ужин	Подготовка к ужину, ужин
<b>18.45-19.30</b>	Прогулка: подвижные игры, экскурсии, наблюдения	<b>19.00-20.00-</b> Прогулка: подвижные игры, экскурсии, наблюдения
<b>19.30-21.00</b>	Полезно-бытовой труд: уборка личной вещей, уборка спален, водные процедуры, вечерний туалет	<b>20.00-21.00-</b> Полезно-бытовой труд: уборка личной вещей, уборка спален, водные процедуры, вечерний туалет
<b>21.00</b>	<b>Отбой</b>	

### Дошкольное образование

<b>Время</b>	<b>Режим дня</b>
<b>07.00 - 08.00</b>	Постепенное пробуждение и подъем детей, утренний туалет, умывание, самостоятельная деятельность детей.
<b>08.00 - 08.30</b>	Артикуляционная гимнастика, логопедические пятиминутки, пальчиковая гимнастика, индивидуальная работа воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей.
<b>08.30-09.00</b>	Подготовка к завтраку, завтрак, подготовка к занятиям, игры.
<b>09.00-10.45</b>	Организованная образовательная деятельность по группам и подгруппам (воспитатель, учитель-логопед, педагог-психолог, коррекционные педагоги).
<b>10.45 - 12.15</b>	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, экскурсии, наблюдение за природой). Индивидуальная работа учителя-логопеда с детьми.
<b>12.15-12.30</b>	Возвращение с прогулки, индивидуальная работа учителя-логопеда с детьми .
<b>12.30-13.00</b>	Подготовка к обеду, обед.
<b>13.00-15.00</b>	Тихий час
<b>15.00-15.30</b>	Постепенный подъем детей, оздоровительные процедуры (с элементами корригирующей гимнастики). Коррекционно-образовательный процесс с артикуляционной гимнастикой.
<b>15.30-15.45</b>	Подготовка к полднику, полдник.
<b>15.45-17.00</b>	Организованная образовательная деятельность. Групповые и индивидуальные занятия с воспитателем,

	коррекционным педагогом
<b>17.00-18.10</b>	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, экскурсии, наблюдение за природой)
<b>18.10-18.30</b>	Подготовка к ужину, ужин
<b>18.30 - 20.00</b>	Самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, индивидуальная работа воспитателя с детьми.
<b>20.00-20.30</b>	Экспресс-ужин.
<b>20.30-21.00</b>	Вечерний туалет. Подготовка к ночному сну.
<b>21.00-07.00</b>	Отбой. Ночной сон.