



Режим дня для детей среднего школьного возраста (12-15 лет)

Режимные моменты	Понедельник - пятница		Суббота, воскресенье
	Очное обуч.	Надомн.обуч.	
Подъем	7.00	7.00	9.00
Культурно-гигиенические процедуры	7.00-7.30	7.00-7.30	9.00-9.30
Завтрак.	7.30-8.00	7.30-8.00	9.30-10.00
Отъезд детей в общеобразовательные учреждения	8.15-15.00		
Надомное обучение(кроме выходных). Кружковые занятия(кроме выходных)Занятия с логопедом(кроме выходных)	В школе	8.00-10.15 9.00-10.15	
Второй завтрак	В школе	10.15-10.30	10.15-10.30
Прогулка на свежем воздухе, свободная деятельность, подвижные игры, занятия по интересам. Надомное обучение (кроме выходных). Кружковые занятия(кроме выходных). Выполнение дом.задания. Самоподготовка. Занятия с психологом(кроме среды, четверга и выходных)	В школе	10.30-12.15	10.30-12.15
Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры.	В школе	12.15-12.30	12.15-12.30
Обед, прием лекарственных препаратов по назначению врача.	В школе	12.30-13.00	12.30-13.00
Личное время, игры и занятия по интересам, , просмотр телепередач. Выполнение лечебных и реабилитационных мероприятий. Занятия с логопедом (кроме выходных)	В школе	13.00-14.00	13.00-14.00
Дневной отдых. Занятия с логопедом, надомное обучение (кроме выходных) Кружковые занятия(кроме выходных) Выполнение дом.задания. Занятия психолога(кроме понедельника и вторника)	14.00-15.30	14.00-15.30	14.00-16.00
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-16.00	15.30-16.00	16.00-16.20
Самоподготовка.	16.00-16.45	16.00-16.45	16.20-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка на свежем воздухе, подвижные игры, занятия по интересам.	16.45-18.15	16.45-18.15	17.00-18.30
Подготовка к ужину. Ужин. Прием препаратов по назначению врача. Гигиенические процедуры.	18.15-19.00	18.15-19.00	18.30-19.00
Личное время, игры и занятия по интересам, просмотр телепередач. Прием препаратов по назначению врача.	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00
Второй ужин	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30
Подготовка ко сну. Ночной сон.	22.00-8.00	22.00-8.00	22.00-8.00