

«Утверждаю»

Главный врач СПб ГБУЗ

«Детский санаторий «Звездочка»

А.Б.Малашкин

«*А.Б.Малашкин*» 2018 г.

Приказ №53-0 от 01.10.2018г.

**Распорядок дня
младшие школьники
(осенне-зимний период)**

Время	Режимные моменты
8 ⁰⁰ -8 ³⁰	Подъём, утренний туалет, зарядка на улице
8 ³⁰ -9 ⁰⁰	Завтрак
9 ⁰⁰ -12 ³⁶	Уроки
10 ⁰⁰ -10 ³⁰	Второй завтрак
12 ³⁶ -13 ⁰⁰	Врачебный осмотр
13 ⁰⁰ -13 ³⁰	Обед
13 ³⁰ -13 ⁵⁰	Самостоятельная деятельность, игра
14 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	Тихий час
16 ⁰⁰ -16 ¹⁵	Подъём, гигиенические процедуры
16 ¹⁵ -16 ⁴⁵	Полдник
16 ⁴⁵ -18 ³⁰	Прогулка, культурно - досуговая деятельность
18 ³⁰ -18 ⁴⁵	Возвращение с прогулки, мытье рук
18 ⁴⁵ -19 ¹⁵	Ужин
19 ¹⁵ -20 ³⁰	Самостоятельная деятельность
20 ³⁰ -21 ⁰⁰	Подготовка ко сну, ночной сон

Согласно Сан ПиН от 15.05.2013г.№26 «Об утверждении Сан ПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».