

**Режим выходного дня обучающихся, воспитанников
на 2018-2019 учебный год
(суббота, воскресенье)**

школьники		деятельность	дошкольники	деятельность
I- IVкл	V-ХIкл			
8.00		Подъем	8.00 -8.40	Подъем, утренний туалет.
8.05-8.30		Уборка спален. Утренний туалет	8.40 – 8.50	Зарядка
8.30 – 8.50		Зарядка на улице	-	-
9.00 – 9.30		Завтрак	8.50 – 9.20	Завтрак
9.30 (10.00) – 11.00		Внеклассное занятие, занятия в кружках, секциях, студиях	9.20 – 9.50	Свободная игровая деятельность.
11.00 – 13.00		Дневная прогулка	10.00 – 11.00	Дневная прогулка
-		-	11.00-12.30	Мытье, душ
			12.30-13.00	Игры, самостоятельная деятельность
13.00 – 13.30		Обед	13.00 – 13.30	Обед
14.00-16.00		Самоподготовка Самостоятельное чтение	13.30-15.30	Дневной сон
16.00 – 16.30		Полдник	15.40 – 16.00	Полдник
16.30-20.30		Воспитательское занятие (клуб выходного дня) Работа секций. Производительный труд. Занятия по интересам и желанию детей. Вечерняя прогулка.	16.00-16.30	Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность
			16.30-18.30	Прогулка
19.00-19.30		Ужин	19.00-19.30	Ужин
19.30-20.00		Вечерняя прогулка	19.30-20.00	Самостоятельная игровая деятельность
20.00-20.20		II ужин	20.00-20.20	II ужин
20.30- 21.00	21.00-22.00	Свободное время, вечерний туалет, уход за одеждой.	20.20-21.00	Вечерний туалет
21.00- 08.00	22.00-08.00	Сон	21.00 – 8.00	Сон