**РЕЖИМ ДНЯ**

**воспитанников группы раннего возраста ОСГБУСОССЗН**

**«Областной социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»**

 **(от рождения до 1 года)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **от 0** **до 2,5- 3 мес.** | **от 2,5-3 мес. до 5-6 мес.** | **от 5- 6 мес.** **до 9-10 мес.** | **от 9-10 мес.** **до 12 мес.** |
| Пробуждение, гигиенические процедуры | 06.00-06.10 | 06.00-06.10 | 06.00-06.10 | 06.30-6.40 |
| Бодрствование | 06.00-08.00 | 006.00-08.00 | 06.00-08.00 | 06.30-09.30 |
| Кормление | 06.00 | 06.00 | 06.00 | 07.15-7.30 |
| Сон на воздухе | 8.00-10.00 | 8.00-10.00 | 8.00-10.00 | - |
| Кормление | 10.00 | 10.00 | 10.00 | 09.20 |
| Бодрствование | 10.00 -12.00 | 10.00-12.00 | 10.00-12.00 |  |
| Игры-занятия | 10.30-10.40 | 10.40-10.50 | 10.50-11.00 | 08.00-8.10 |
| Сон на воздухе | 12.00-14.00 | 12.00-14.00 | 12.00-14.00 | 09.30-11.30 |
| Кормление | 14.00 | 14.00 | 14.00 | 11.30 |
| Бодствование | 14.00-15.30 | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 | 11.30-15.30 |
| Игры-занятия | 14.20-14.30 | 14.30-14.40 | 14.40-14.50 | 12.00-12.10 |
| Сон на воздухе | 15.30-17.30. | 16.00-18.00 | 16.00-18.00 | 15.30-18.00 |
| Бодрствование | 17.30-18.30 | 18.00-20.00 | 18.00-20.00 | 18.00-20.00 |
| Кормление | 17.30 | 18.00 | 18.00 | 18.00 |
| Сон | 18.30-20.00 | - | - | - |
| Купание | 20.45 | 19.45 | 19.45 | 19.45 |
| Бодрствование | 20.00-21.00 | - | - | - |
| Кормление | 21.00 | 20.00 |  |  |
| Ночной сон | 21.00-6.00 | 20.00-6.00 | 20.00-6.00 | 20.00-6.30 |
| Ночное кормление | 24.00 | 23.30 | 23.00 | 23.00 |

**РЕЖИМ ДНЯ**

**воспитанников группы раннего возраста ОСГБУСОССЗН «Областной социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»**

 **(от 1 года до 3 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **от 1 года до 1,5лет** | **от 1, 6 до 3лет** |
|  | **Холодное время года** | **Теплое время года** | **Холодное время года** | **Теплое** **время года** |
| Пробуждение, гигиенические процедуры |  07.00-07.25 |  07.00-07.25 | 07.00-07.25 | 07.00-07.25 |
| Утренняя гимнастика  | 07.30-07.35 | 07.30-07.35 | 07.25-07.30 | 07.25-07.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак |  07.30-07.45 |  07.30-07.45 | 07.30-07.45 | 07.30-07.45 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и т.д.) |  07.45-09.20 |  07.45-10.00 |  07.45-09.00 |  07.45- 9.30 |
| Занятие в игровой форме включая перерыв | 09.20-09.50 |  | 09.00-09.30 | - |
| Активное бодрствование/прогулка |  09.50-11.00 |  10.00-11.00 | 09.30-11.00 | 9.30-11.00 |
| Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак | 11.00-11.15. | 11.00-11.15 | 11.00-11.15. | 11.00-11.15 |
| Подготовка ко сну. Сон. (Сон на воздухе) | 11.15-12.30 | 11.15-12.30 | - | - |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдение, труд) | - | - | 11.15-12.30 | 11.15- 12.30 |
| Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. | - | - | 12.30-13.00 | 12.30-13.00 |
| Подготовка к обеду. Обед | 12.30-13.00 | 12.30-13.00 | 12.30-13.00 | 12.30-13.00 |
| Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну. Сон. | - | - | 13.00-15.00 | 13.00-15.00 |
| Активное бодрствование | 13.00-14.00 | - | - | - |
| Подготовка к прогулке. Прогулка | 14.00-15.30 | 13.00-15.30 | - | - |
| Постепенный подьем. Гигиенические процедуры. Закаливающие процедуры | - | - | 15.00-15.30 | 15.00-15.30 |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 |
|  Подготовка ко сну. Сон. (Сон на воздухе) | 16.00-17.00 | - | - | - |
| Активное бодрстование детей (игры, предметная деятельность и т.д.) | - | - | 16.00-16.30 | - |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. | 17.00-17.40 | - | 16.30-17.40 | 16.00-17.40 |
| Подготовка к ужину. Ужин  | 17.40-18.10 | 17.40-18.10 | 17.40-18.10 | 17.40-18.10 |
| Самостоятельная деятельность/прогулка | 18.30-19.30 |  18.30-19.30 | 18.10-19.30 | 18.10-19.30 |
| Подготовка ко второму ужину. Второй ужин | 19.30-19.45 | 19.30-19.45 | 19.30-19.45 | 19.30-19.45 |
| Гигиенические процедуры, подготовка ко сну | 19.45-20.15 | 19.45-20.15 | 20.15-21.00 |  20.15-21.00 |
| Сон | 20.15-07.00 | 20.15-07.00 | 21.00-07.00 |  21.00-07.00 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Заместитель директора по воспитательной и реабилитационной работе** | **И.Д. Полежаева** |