

**Основной распорядок дня для детей
детского туберкулёзного санатория «Кирицы» с 1 сентября по 31 мая**

Виды деятельности	Временной период проведения в зависимости от возраста детей			
	С 2 до 3 лет	С 4 до 7 лет	С 8 до 11 лет (1-4 класс)	Старше 11 лет (5-11 класс)
Подъем	07.45		07.15	
Измерение температуры, гигиенические процедуры	07.45-08.00		07.15 – 0 8.00	
Утренняя зарядка	08.00-08.10		08.00 - 08.15	
Завтрак	08.15 – 08.50			
Врачебный обход, лечебные процедуры, ЛФК, терренкур, посещение спортивного зала	08.30 – 12.10			
Прогулки	10.40 – 12.00			
Образовательная деятельность (уроки, внеурочная деятельность и др.)	09.00-09.45	09.00-10.50	09.00 – 13.20	09.00 – 10.50
Посещение родителей (среда, суббота)	10.00 – 12.00			
Второй завтрак	10.30 – 11.00			
Обед	12.20-12.40		12.20 – 13.40	12.00 – 12.20
Дневной сон, тихий отдых	13.00 – 16.00		13.30 – 16.00	12.20 – 13.50
Образовательная деятельность (уроки, внеурочная деятельность)	-	16.20-16.45 (5-6 лет)	16.15-16.55	13.50 – 18.00
Терренкур, прогулка, общеукрепляющие мероприятия, посещение спортивного зала	16.20 – 18.15			
Полдник	16.10– 16.30			
Посещение родителей (среда, суббота)	16.30 – 18.30			
Ужин	18.00 – 19.00			
Прогулка, тихие игры	18.30-19.00	19.00 – 20.00		19.00 – 20.30
Второй ужин	19.20-19.30	20.00-20.15	20.15 – 20.30	20.30 – 20.40
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	19.30-19.45	20.15-20.45	20.30 – 21.15	20.40 – 21.30
Отбой	19.45	20.45	21.15	21.30