

Режим дня

социально реабилитационного центра
для несовершеннолетних «ВЕСТА»

08.00-08.10	ПОДЪЁМ	Это время нам знакомо: Это время - для подъёма.
08.10-08.20	ЗАРЯДКА	Все привыкли мы к порядку, Утром делаем зарядку.
08.20-08.40	Утренний туалет	Умывайся, не ленись, Чистым завтракать садись. Чтоб не бегать к докторам, Чисти зубы по утрам.
08.40-09.00	Совместная трудовая деятельность.	Кто любит трудиться, Тому без дела не сидится.
09.00-09.30	ЗАВТРАК	В расписании – еда Завтракать пришла пора После завтрака опять Будет некогда скучать.
09.30-10.00	Прогулка на свежем воздухе.	Это время не для булок Это время для прогулок.
10.00-11.00	Спортивный час.	Чтоб расти и закаляться, Не по дням, а по часам, Физкультурой заниматься, Надо всем, ребята, нам!
11.00-11.20	2-й завтрак	Дети все проголодались, Дружно полдничать собрались.
11.20-12.00	Воспитательский час	«Все что знаю и умею – отдаю детям».
12.00-13.30	Прогулка на свежем воздухе.	Чтобы были мы здоровы, Пойдем на улицу гулять
13.30-14.00	ОБЕД	Это время - для обеда, Значит, нам за стол пора.
14.00-16.00	Тихий час.	Это время тишины. Все мы знать его должны, Потому что в этот час Снова ждут подушки нас.



16.00-17.00	Прогулка на воздухе.	На участке погуляем, За погодой наблюдаем
17.00-18.00	Кружковая работа.	«Не привыкай к безделью, учишь рукоделью»
18.00-18.30	УЖИН	В небесах луна плывёт, Повар ужинать зовёт. Ужин!!!Вкусный ужин!!! Очень всем нам нужен!
18.30-19.00	Прогулка	Поиграем в «догонялки» Поиграем в «прятки» Или просто посидим На своей площадке
19.00-20.00	Свободная деятельность детей	Подумаем, порисуем, поиграем.
20.00-21.10	Просмотр телепередач	Это время нам дано Для весёлого кино
21.10-21.20	СОННИК	Это время простокваш В это время сонник наш
21.20-21.50	ВЕЧЕРНИЙ ТУАЛЕТ	Меня зовут мыться – Надо мне поторопиться! Чищу зубы, умываюсь, И в пижамку одеваюсь.
22.00	ОТБОЙ	Это время-время сна. Сладкий сон сморил ребят, Лишь часы-тик-так-не спят.

