



УТВЕРЖДАЮ

Главный врач

ГБУЗ Республики Мордовия

«КДС «Сосновый бор»

Л.И. Шиндяйкина

« 25 » августа 2025 год

Распорядок дня

с 01.09.2025 г. по 31.05.2026 г.

07.00 - 07.30	Подъём, уборка постелей, измерение температуры, раздача лекарств.
07.30 – 08.00	Зарядка, утренний туалет, закаливающие мероприятия. Утренняя линейка.
08.00 – 08.35	Учебные занятия. Лечебные процедуры.
08.35 – 09.15	Завтрак.
09.15 – 11.20	Учебные занятия. Лечебные процедуры.
11.20 – 13.00	Лечебные процедуры/Прогулка на свежем воздухе.
13.00 – 13.30	Обед.
14.00 – 15.00	Тихий час.
15.00 – 16.00	Учебные занятия (для старших). Целевые прогулки.
16.00 – 16.20	Полдник.
16.20 – 17.00	Учебные занятия (для старших).
17.00 – 18.30	Самоподготовка. Мероприятия, игры.
18.30 – 18.55	Ужин.
18.55 – 19.55	Дисотека, личное время.
20.00 – 20.10	Второй ужин.
20.10 – 20.15	Вечерняя линейка. Подведение итогов дня.
20.20 – 21.00	Подготовка ко сну, раздача лекарств.
21.00	Отбой.