

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач СПб ГБУЗ
ДНЦС «Пионер»
В. И. Косых
Приложение № 2 к Учебному плану



Распорядок дня (2 класс) на 2025 - 2026 учебный год

Время	Режимные моменты
7 ³⁰ -8 ⁰⁰	Подъём, утренний туалет,
8 ⁰⁰ -8 ³⁰	Утренняя гигиеническая гимнастика, лечебные процедуры
8 ³⁰ -9 ⁰⁰	Завтрак
9 ⁰⁰ -9 ¹⁵	Врачебный осмотр
9 ¹⁵ -11 ⁰⁵	Лечебные процедуры, прогулка
11 ⁰⁵ -11 ³⁰	Второй завтрак
11 ³⁵ -12 ⁵⁵	Уроки
12 ⁵⁵ -13 ³⁰	Обед
13 ³⁰ -14 ⁰⁵	Уроки
14 ⁰⁵ -16 ⁰⁰	Тихий час
16 ⁰⁰ -16 ¹⁵	Подъём, гигиенические процедуры
16 ¹⁵ -16 ⁴⁵	Полдник
16 ⁴⁵ -18 ⁴⁵	Прогулка, культурно - досуговая деятельность
18 ⁴⁵ -19 ¹⁵	Ужин
19 ¹⁵ -20 ¹⁵	Самостоятельная деятельность
20 ¹⁵ -20 ³⁰	Дополнительный ужин
20 ³⁰ -21 ⁰⁰	Гигиенические процедуры
21 ⁰⁰ -7 ³⁰	Ночной сон