

Утверждено:
и.о. директора
О.В.Кондратьева



Режим дня учащихся

Режимные моменты	Классы , время		
	1 класс	2— 4 классы	5 — 9 классы
Подъем	07.30	07.30	07.30
Зарядка	07.45	07.45	07.45
Уборка спален, утренний туалет	08.05	08.05	08.05
Завтрак	08.30	08.30	08.30
Подготовка к урокам	08.50	08.50	08.50
Учебные занятия	09.00-12.30	09.00-13.10	09.00-15.00
Прогулка, игры на свежем воздухе	12.30-13.30	-	-
Обед	13.30	13.30	13.10
Дневной сон	14.00-15.30	-	-
Прогулка		14.00-15.30	15.50-16.50
Полдник	16.00	16.00.	16.50
Кружковая работа	По расписанию	По расписанию	По расписанию
Самоподготовка	-	16.10—17.10	17.00—18.00
Внеклассные занятия, прогулка производительный труд, свободное время	16.10-19.00	17.10—19.00	18.00—19.00
Ужин	19.00	19.00.	19.00
Свободное время, прогулка	19.20-19-40	19.20—20.00	19.20.—20.00
Уборка в классах, уход за одеждой, вечерний туалет.	19.40-21.00	20.00—21.00	20.00.—21.00
Второй ужин		20.30	
Подготовка ко сну, сон	21.00	21.00	21.00- 22.00