

Утверждаю

И.о.Директора ОГКОУ школа-интернат № 92

Романова Е.В./

Режим дня

ОГКОУ «Школа-интернат № 92»



Режимный момент	Время суток (час.)	
	1-4 классы	5-10 классы
Подъем	07.00	07.00
Зарядка	07.05- 07.20	07.05-07.20
Уборка спален, утренний туалет	07.20 – 07.40	07.20 – 07.40
Завтрак	07.50 – 08.10	07.50 – 08.10
Подготовка к занятиям	08.10 – 08.30	08.10 – 08.30
Учебные занятия		
1 урок	08.30–09.10	08.30 –09.10
2 урок	09.20 – 10.00	09.20 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.20	
3 урок	10.20 – 11.00	
4 урок	11.10 – 11.50	
5 урок	12.00 – 12.40	
Обед	12.40 – 13.00	
6 урок	Прогулка, круж- ковая работа.	13.00 – 13.40
7 урок		13.50 – 14.30
Полдник	15.50 – 16.00	
Самоподготовка	16.00 - 17.00	16.00 -18.00
Внеклассные занятия	17.00 – 17.30	-
Прогулка, свободное время	17.30 – 18.00	-
Ужин	18.00 – 18.20	
Свободное время, прогулка, внеклассное занятие, чтение художественной литературы, просмотр TV	18.20 – 20.30	
Второй ужин	20.30 -20.40	
Уход за одеждой, вечерний туалет	20.40 - 21.00	20.40 - 22.00
Сон	21.00 – 07.00	22.00 - 07.00