

краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Железногорская общеобразовательная школа интернат»

УТВЕРЖДЕНО:

и.о. директора _____

Е.В. Власова

приказ № 18 ОП от 31.08.2016 г.



РЕЖИМ ДНЯ ИНТЕРНАТА

Режимные моменты	Время суток(час) 1-4 классы	Время суток(час) 5-9 классы
Подъем	7-00	7-00
Зарядка	7.05-7.20	7.05-7.20
Уборка спален, утренний туалет	7.20-7.40	7.20-7.40
Завтрак	7.45-8.15	7.45-8.15
Подготовка к школе	8.15-8.30	8.15-8.30
Учебные занятия	8.30-13.00	8.30-15.10
Обед	12.10-12.30	13.00-13.30
Сон	12.35-14.00	-
Прогулка	-	13.00-14.30
Экскурсии, кружки, коррекционная работа	14.00-16.00	14.30-16.00
Полдник	16.00-16.15	16.00-16.15
Самоподготовка	16.20-17.20	16.20-18.00
Свободное время	17.25-18.00	-
Ужин	18.05-18.30	18.05-18.30
Внеклассные занятия	18.35-19.15	18.35-19.15
Свободное время, прогулка	19.20-20.00	19.20-20.00
Легкий ужин	20.05-20.20	20.05-20.20
Свободное время, уход за одеждой, вечерний туалет	20.20-21.00	20.20-21.00
Сон	21.00-07.00	21.00-07.00

Зам по УР _____

А.М. Вавулин