

Утверждаю:
Директор ГКОУ
школы – интерната
ст – цы Вознесенской
_____ Л.Е. Лифинцева
« ____ » _____ 2024г.

РЕЖИМ ДНЯ
для 5 – 9 классов ГКОУ школы – интерната
ст – цы Вознесенской на 2024 – 2025 учебный год

Время	Режимные моменты
7.00	Подъём
7.05 – 7.15	Зарядка
7.15 – 7.30	Уборка спален, утренний туалет
7.30 – 8.00	Завтрак
8.30 – 13.30	Учебные занятия
12.40 – 13.00	Обед
13.30 – 14.10	Динамическая пауза
14.10 – 15.10	Спортивный час (вторник, четверг) Общественно полезный труд (понедельник, среда)
15.10 – 15.30	Влажная уборка класса
15.30 – 16.30	Самоподготовка
16.30 – 16.50	Полдник
16.50 – 17.30	Внеклассные занятия, прогулка и подвижные игры
17.20 – 18.20	Внеклассное чтение
18.20 – 18.40	Ужин
19.00 – 19.40	Внеклассные занятия
19.40 – 20.10	Уборка классов
20.10 – 20.20	Второй ужин
20.20 – 21.30	Вечерний туалет
21.30 – 7.00	Сон

Утверждаю:
Директор ГКОУ
школы – интерната
ст – цы Вознесенской
_____ Л.Е. Лифинцева
« ____ » _____ 2024г.

РЕЖИМ ДНЯ
для 1 - 4 классов ГКОУ школы – интерната
ст – цы Вознесенской на 2024 – 2025 учебный год

Время	Режимные моменты
7.00	Подъём
7.05 – 7.15	Зарядка
7.15 – 7.30	Уборка спален, утренний туалет
7.30 – 8.00	Завтрак
8.30 – 12.40	Учебные занятия
11.40 – 12.00	Обед
13.00 – 13.50	Спортивный час (вторник, четверг) Общественно полезный труд (понедельник, среда)
13.50 – 14.30	Внеклассное мероприятие
14.30 – 15.20	Прогулка на свежем воздухе, подвижные игры
15.30 – 16.30	Самоподготовка
16.30 – 16.50	Полдник
16.50 – 17.20	Прогулка и подвижные игры
17.70 – 18.50	Внеклассное чтение
18.00 – 18.30	Внеклассное занятие
18.20 – 18.40	Ужин
19.00 – 19.40	Внеклассное занятие
20.10 – 20.20	Второй ужин
20.20 – 21.00	Вечерний туалет
21.00 – 7.00	Сон