«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ «МАКЕЕВСКАЯ СШИ № 36»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Б. Якимова

**РЕЖИМ ДНЯ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Начало* | *Конец* | *Мероприятие* |
| **7:00** | **7:03** | Подъем |
| **7:03** | **7:13** | Зарядка |
| **7:13** | **7:40** | Утренний туалет, уборка спален |
| **7:40** | **8:00** | Завтрак |
| **8:00** | **8:20** | Прогулка на открытом воздухе |
| **8:20** | **8:30** | Подготовка к учебной деятельности |
| **8:30** | **12:15** | Уроки (1 дополнительный-1 классы) |
| **8:30** | **12:55** | Уроки (2-4 классы) |
| **8:30** | **13:55** | Уроки (5-6 классы) |
| **8:30** | **15:05** | Уроки (7-9 классы) |
| **12:15** | **15:55** | Коррекционно-развивающие занятия, кружки, внеурочная деятельность, спортивное время, личное время воспитанников) |
| **12:50** | **13:20** | Обед (1 дополнительный-4 классы) |
| **13:55** | **14:20** | Обед (5-9 классы) |
| **13:20** | **14:20** | Дневной сон (1 дополнительный-4 классы) |
| **15:55** | **16:15** | Полдник |
| **16:15** | **16:45** | Прогулка |
| **16:45** | **18:00** | Подготовка уроков |
| **18:00** | **18:50** | Коррекционно-воспитательное занятие |
| **18:50** | **19:15** | Ужин (1 дополнительный-4 классы) |
| **19:05** | **19:30** | Ужин (5-9 классы) |
| **17:15** | **18:50** | Вечерняя прогулка, занятия по интересам (1 дополнительный-4 классы) |
| **19:15** | **20:30** | Вечерний кинозал, игры, прогулка. Занятия по интересам |
| **20:30** | **21:00** | Подготовка ко сну, вечерний туалет |
| **21:00** | **7:00** | Сон |