

Режим дня 2024 – 2025 год

Время		Режимные моменты
I - IV класс	V - IX класс	
7.00	7.00	Подъем
7.05 - 7.20	7.05 - 7.20	Зарядка
7.20 - 7.40	7.20 - 7.40	Уборка спален, утренний туалет
7.40 - 8.00 9.10 – 9.30	7.40 - 8.00 10.10 – 10.40	Завтрак (1-й) Завтрак (2-й)
8.00 - 8.30	8.00 - 8.30	Прогулка/понедельник линейка
8.30 - 9.10	8.30 - 10.10	Учебные занятия
10.10 - 10.40	-	Двигательно-активные виды деятельности на свежем воздухе
10.40 - 13.00	10.40 - 14.10	Учебные занятия
13.00 - 13.30	14.10 - 14.40	Обед
14.10 - 14.40	13.00 - 13.30	Прогулка
13.30 - 15.20	14.40 - 16.10	Внеурочная деятельность, факультатив, коррекционно-развивающие занятия
15.20 - 16.20	16.20 - 17.20	Самоподготовка
16.20 - 16.30	16.10 - 16.20	Полдник
16.30 - 17.30	17.20 - 18.15	Прогулка, двигательно-активные виды деятельности на свежем воздухе
17.30 - 18.15	-	Внеклассные занятия, свободное время
18.15 - 18.45	18.15 - 18.45	Ужин
18.45 - 20.10	18.45 - 20.30	Прогулка, чтение книг, свободное время
20.10 - 20.30	20.30 - 21.00	Вечерний туалет, сонник
20.30 - 07.00	21.00 - 07.00	Сон