

Режим дня

07.00 – Подъем
07.05 – 07.20 – Зарядка
07.20 – 07.40 – Утренний туалет
07.40 – 08.00 – Завтрак
08.00 – 08.30 – Прогулка
08.30 – 10.00 – Учебные занятия
10.00 – 10.20 – Второй завтрак
10.20 – 14.20 – Учебные занятия
Работа кружков, секций
Лечебные процедуры
Психологический практикум
15.40 – 16.00 – Полдник
Прогулка
Работа библиотеки
16.00 – 18.00 – Самоподготовка
18.00 – 18.20 – Динамическая пауза
18.20 – 19.00 – Воспитательский час
19.00 – 19.30 – Ужин
19.30 – 21.00 – Прогулка, уход за одеждой
21.00 – 21.10 – Сонник
21.15- Отбой

1 – 4 классы		5 – 11 классы	
Время проведения	Наименование	Время проведения	Наименование
12.10 – 13.30	Игры на свежем воздухе, внеурочная деятельность	12.20 – 14.20	Учебные занятия
13.30 – 14.00	Обед	13.40 – 14.30	Обед
14.00 – 15.40	Тихий час	14.30 – 15.40	Тихий час