



«СОГЛАСОВАНО»  
Председатель ПО  
М.В.Вертинская  
2020 г.



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор  
Т.В.Курьянович  
2020 г.

## РЕЖИМ ДНЯ на 2020-2021 учебный год

<i>Режимные моменты</i>	<i>Начальные классы</i>	<i>Время</i>	<i>Старшие классы</i>
Подъем		7.00	
Утренняя зарядка		7.05-7.20	
Уборка спален, утренний туалет		7.20-7.50	
Первый завтрак (ночующие)		7.50-8.10	
Прогулка		8.10-8.30	
Подготовка к учебным занятиям		8.30-8.45	
1 урок		8.45-9.25	
Второй завтрак (1-5 классы)	9.25-9.45		
2 урок		9.45-10.25	
Второй завтрак (6-12 классы)			10.25-10.45
3 урок		10.45-11.25	
4 урок		11.35-12.15	
5 урок		12.25-13.05	
Обед (1-5 классы)	13.05-13.30		
Сон (1-4 классы)	13.30-15.00		
6 урок		13.15-13.55	
Обед (6-12 классы)			14.00-14.30
7 урок		15.05-15.45	
Прогулка, игры (5-12 классы)			14.00-15.00
Прогулка, занятия по интересам, кружковая работа	15.00-15.45		15.00-15.45
Полдник		15.45-16.00	
Самоподготовка	16.00-17.00		16.00-18.00
Внеклассные занятия, прогулка, кружковая работа, свободное время	17.00-19.00		18.00-19.00
Ужин		19.00-19.30	
Прогулка	19.30-20.00		19.30-20.00
Свободное время, уход за одеждой			20.00-21.30
Вечерний туалет	20.00-20.30		21.30-22.00
Сон	20.30-7.00		22.00-7.00