



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы-интерната
Г.Ю. Ерошина

Режим полного дня
(понедельник-пятница)

Время	Мероприятия
07.00	подъём
07.00 – 07.15	туалет, закаливающие процедуры, уборка постелей
07.15 – 07.30	зарядка, дыхательная гимнастика
07.30 – 08.00	утренняя прогулка, трудовая коррекция
08.00 – 08.30	подготовка к завтраку, завтрак, витаминизация
08.30 – 09.10	первый урок
09.20 – 10.00	второй урок
10.20 – 11.00	третий урок
11.00 – 11.20	II завтрак
11.20 – 12.00	четвёртый урок
12.10 – 12.50	пятый урок
13.00 – 13.40	шестой урок
13.50 – 14.30	седьмой урок
13.00 – 14.00	динамический час, медицинская коррекция
14.00 – 14.55	обед
14.55 – 15.55	тихий час
15.55 – 16.10	подъём, уборка постелей
16.00 – 16.20	полдник
16.20 – 17.50	прогулка, ОПТ
17.50 – 18.30	воспитательное занятие
18.30 – 18.55	ужин
18.55 – 19.45	индивидуальная работа
19.45 – 20.05	дополнительный ужин
20.05 – 20.50	досуговое время
20.50 – 21.10	закаливающие процедуры, подготовка ко сну
21.10 – 07.00	сон

(суббота - воскресенье, праздничные дни)

Время	Мероприятия
08.00-08.15	подъём
08.15-08.40	самообслуживание, зарядка
08.40-09.10	подготовка к завтраку, завтрак.
09.10-09.30	медицинская коррекция
09.30-10.20	второй завтрак
10.20-11.00	воспитательное занятие
11.00-13.40	прогулка, ОПТ, экскурсии
13.40-14.10	подготовка к обеду, обед
14.10-15.30	тихий час
15.30-15.40	самообслуживание
15.40-16.00	ЛФК, медицинская коррекция
16.00-16.20	полдник
16.20-17.00	индивидуальная работа
17.00-18.30	прогулка, ОПТ, экскурсии
18.30-19.00	подготовка к ужину, ужин
19.00-20.00	досуговое время
20.00-20.20	второй ужин
20.20-20.50	самообслуживание
20.50-21.10	подготовка ко сну
21.10-08.00	сон