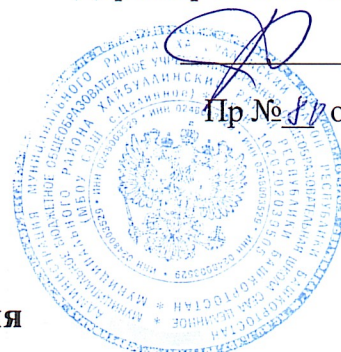


Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с.Целинное

Хусаинов Р.Р.

Пр. № 87 от 28.08 2023 г.



Режим дня

Пришкольного интерната МБОУ СОШ с.Целинное

№	Режимные моменты	Часы
1.	Подъем, утренняя гигиена, зарядка, уборка комнат	07:00 – 08:00
2.	Завтрак	08:00 – 08:15
3.	Учебная деятельность	08:30 – 14:35
4.	Обед (I группа)	13:30 – 14:00
3.	Обед (II группа)	14:30 – 15:00
4.	Динамическая пауза. Прогулка, Отдых	14:00 – 15:00
5.	Внеурочная деятельность, индивидуальные занятия, подготовка к олимпиадам	15:30 – 17:00
6.	Самоподготовка (4-7 классы)	15:00-17:30
7.	Полдник.	16:00 – 16:15
8.	Самоподготовка (8-11 классы)	16:00-19:00
9.	Спортивные секции, кружки, прогулка, досуг	17:00-19:00
10.	Ужин	19:00 – 19:30
11.	Уборка комнат	19:30 – 20:00
12.	Спортивный час, воспитательные мероприятия	20:00- 21:00
13.	Легкий ужин	21:00- 21:15
14.	Досуг (просмотр ТВ, чтение книг)	21:15 – 21:45
15.	Вечерняя гигиена, подготовка ко сну	21:45 – 22:00
16.	Ночной сон	22:00- 07:00