

УТВЕРЖДАЮ



Директор МАОУ «Тегинская СОШ»

С.Л. Токушева

2019 г.

РЕЖИМ ДНЯ

воспитанников Тегинского пришкольного интерната на 2019 – 2020 учебный год

| Режимные моменты | Время суток (ч.) | |
|--|------------------|---------------|
| | 1 – 4 классы | 5 – 11 классы |
| подъем | 07.00 | 07.00 |
| утренняя зарядка | 07.07 – 07.20 | 07.07 – 07.20 |
| утренний туалет, уборка спален | 07.20 – 07.40 | 07.20 – 07.40 |
| завтрак | 07.40 – 08.00 | 07.40 – 08.00 |
| второй завтрак | 10.50 – 11.15 | 10.50 – 11.15 |
| учебные занятия | 08.30 – 13.35 | 08.30 – 13.35 |
| обед | 14.00 – 14.30 | 14.00 – 14.30 |
| дневной сон (младшие школьники) | 14.30 – 16.00 | - |
| прогулка, свободное время | - | 14.30 – 16.00 |
| полдник | 16.00 – 16.15 | 16.00 – 16.15 |
| самоподготовка, проверка домашнего задания | 16.15 – 17.00 | 16.15 – 17.30 |
| посещение кружков по интересам. Мероприятия по воспитательному плану работы интерната. Вечерняя прогулка | 17.00 – 19.00 | 17.30 – 19.00 |
| ужин | 19.00- 19.20 | 19.00- 19.20 |
| свободное время, уход за одеждой, влажная уборка по комнатам | 19.20 – 20.45 | 19.20 – 20.45 |
| вечерний туалет | 20.45 – 21.00 | 20.45 – 21.00 |
| отбой | 21.00 | 21.00 |