



УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «Северская школа – интернат
для обучающихся с ОВЗ»

И.С. Симон

« 31 » августа 2023г

РЕЖИМ ДНЯ
на 2023 – 2024 учебный год

Режимные моменты	1 - 2 кл	3 – 4 кл	5 – 12 кл.
	Понедельник		
завтрак	<u>08.15 – 08.30</u>	<u>08.15 – 08.30</u>	<u>08.15 – 08.30</u>
Внеурочное занятие «Разговор о важном»	08.30 – 9.55	08.30 – 9.55	08.30 – 9.55
	Далее учебные занятия и режимные моменты по расписанию «вторник-пятница»		
	Вторник-пятница		
Подъём	07.45	07.45	07.45
Зарядка	07.45 – 07.55	07.45 – 07.55	07.45 – 07.55
Утренний туалет	07.55 – 08.20	07.55 – 08.20	07.55 – 08.20
завтрак (вторник-пятница)	<u>08.30 – 08.55</u>	<u>08.30 – 08.55</u>	<u>08.30 – 08.55</u>
Учебные занятия	09.00 – 12.10	09.00 – 12.10	09.00 – 13.10
обед	<u>12.10 – 12.30</u>	<u>12.10 – 12.30</u>	<u>13.10 – 13.30</u>
Учебные занятия	12.30 – 13.10	12.30 – 13.10	13.30 – 14.10
Самостоятельная деятельность	-	13.10 – 14.00	14.10 – 14.40
Внеклассные занятия, факультативы, кружки	-	14.00 – 14.30 14.40 – 15.10	14.40 – 15.20
Прогулка	13.10 – 14.00	15.20 – 16.15	15.20 – 16.15
Дневной сон	14.00 – 15.30	-	-
Факультативы, кружки	15.30 – 16.15	-	-
Полдник	<u>16.15 – 16.30</u>	<u>16.15 – 16.30</u>	<u>16.15 – 16.30</u>
Факультативы, кружки	16.30 – 17.10	16.30 – 17.10	16.30 – 17.10
Самоподготовка	17.20 – 18.00	17.20 – 18.00	17.20 – 18.00
Прогулка	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00
Ужин	<u>19.00 – 19.20</u>	<u>19.00 – 19.20</u>	<u>19.00 – 19.20</u>
Внеклассные занятия, кружки	19.20 – 19.50	19.20 – 19.50	19.20 – 20.00
2-й ужин	<u>20.00 – 20.10</u>	<u>20.00 – 20.10</u>	<u>20.10 – 20.20</u>
вечерний туалет	20.10 – 20.30	20.10 – 20.30	20.20 – 20.50
Сон	20.40 – 07.45	20.40 – 07.45	21.00 – 07.45

В пятницу до 16.00