

Режим дня
ГБОУ Минькинская КШИ
на период полярной ночи
с 02.12.2019 г. до 02.03.2020 г.

Режимные моменты	Время суток (час.)	
	1 – 4 классы	5-10 классы
Подъём	8.00	8.00
Зарядка (для 5-10 классов на свежем воздухе)	8.00 - 8.15	8.00 - 8.15
Утренний туалет (уборка спален 5-10)	8.15 – 8.30	8.15 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.45	8.45 – 9.00
Уборка спален	8.15 – 8.30	-
Учебные занятия:		
1 урок	09.00 – 09.35	09.00 – 09.35
2 урок	09.45 – 10.20	09.45 – 10.20
3 урок	10.35 – 11.10	10.35 – 11.10
Полдник	11.10 – 11.25	11.10 – 11.25
4 урок	11.25 – 12.00	11.25 – 12.00
5 урок	12.15 – 12.50	12.15 – 12.50
6 урок	13.00 – 13.35	13.00 – 13.35
7 урок	-	13.40 – 14.15 (факультативы 5,7,8,9,10 классы)
Спортивный час на воздухе, проведение спортивных мероприятий (направления внеурочной деятельности)	12.50 – 13.30	14.50 – 16.10
Обед	13.30 – 14.00	14.20 – 14.50
1. Тихий час (для 1 классов и по показаниям)	14.00 – 15.30	-
2. Логопедические, коррекционные занятия (индивидуальные, подгрупповые по расписанию)	15.30 – 16.00	14.50 – 16.10
Самоподготовка (коррекционные занятия, факультативы 5-10 кл.)	16.00 – 17.00	16.10 – 18.00
Полдник	17.00 - 17.15	17.00 - 17.15
Внеклассные занятия (направления внеурочной деятельности, доп. образование)	17.15 – 18.00	18.00 – 19.30
Прогулка	18.00 – 19.00	18.00 – 18.30 (для 5,6,7 классов)
Ужин	19.00 – 19.30	19.30 – 20.00
Прогулка	-	20.00 – 21.00
Свободное время, уход за одеждой, вечерний туалет	19.30 – 21.30	21.00 – 21.30
Сон	21.30	21.30