



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СО

«Михайловская школа-интернат»

Николаева И.В.

02.09.2024

Режим дня воспитанников интерната на 2024-2025 учебный год

1 группа (понедельник-четверг)		1 группа (пятница)	
Время	Режимный момент	Время	Режимный момент
07.00-07.40	Подъем, зарядка	07.00-07.40	Подъем, зарядка
<b>07.40-08.00</b>	<b>Завтрак</b>	<b>07.40-08.00</b>	<b>Завтрак</b>
08.00-08.20	Прогулка	08.00-08.20	Прогулка
08.20-08.30	Подготовка к урокам	08.20-08.30	Подготовка к урокам
08.30-14.30	Уроки, <b>обед</b>	08.30-12.00	Уроки
14.30-16.10	Тихий час	12.00-12.30 (12.40)	Логопедические занятия
<b>16.10-16.30</b>	<b>Полдник</b>	12.30-13.20	Тихий час
16.30-17.10	Самоподготовка	13.20-13.50	<b>Обед</b>
17.10-17.50	Прогулка	13.50-14.30	прогулка
<b>17.50-18.10</b>	<b>Ужин</b>	14.30-16.10	Внеклассное занятие
18.10-18.50	Внеклассное занятие	<b>16.10-16.30</b>	<b>Полдник</b>
18.50-19.40	Прогулка (ЧТ – диск./караоке/фильм)	16.30-17.10	Самоподготовка
<b>19.40-20.00</b>	<b>2-й ужин</b>	17.10-18.00	Прогулка
20.00-20.30	Подготовка ко сну		
20.30-07.00	Сон		

2 – 4 группы (понедельник-четверг)		2 – 4 группы (пятница)	
Время	Режимный момент	Время	Режимный момент
07.00-07.40	Подъем, зарядка	07.00-07.40	Подъем, зарядка
07.40-08.00	Прогулка	07.40-08.00	Прогулка
<b>08.00-08.20</b>	<b>Завтрак</b>	<b>08.00-08.20</b>	<b>Завтрак</b>
08.20-08.30	Подготовка к урокам	08.20-08.30	Подготовка к урокам
08.30-15.20 (16.10)	Уроки, <b>обед</b>	08.30-15.20 (16.10)	Уроки, <b>обед</b>
15.30-16.10	Прогулка	15.30-16.10	Прогулка
<b>16.10-16.30</b>	<b>Полдник</b>	<b>16.10-16.30</b>	<b>Полдник</b>
16.30-17.50	Самоподготовка	16.30-18.00	Самоподготовка
<b>17.50-18.10</b>	<b>Ужин</b>		
18.10-18.50	Внеклассное занятие		
18.50-19.40	Прогулка (ЧТ – диск./караоке/фильм)		
<b>19.40-20.00</b>	<b>2-й ужин</b>		
20.20-21.00	Подготовка ко сну		
21.00-07.00	Сон		