


Принят

Педагогическим советом
Государственного казенного
общеобразовательного учреждения

Пензенской области «Нижнеломовская школа-интернат для обучающихся по адаптированным образовательным программам»

Протокол № 1 от 30 августа 2024г.

Председатель

 / О.В. Водянова/

Утверждаю

Директор ГКОУ «Нижнеломовская школа-интернат»

 / О.В. Водянова/

« 2 » сентября 2024 г.

Приказ № 128

От « 2 » сентября 2024 г.

Режим дня обучающихся (воспитанников) ГКОУ «Нижнеломовская школа-интернат»

Режимные моменты	Время суток (час.)	
	1-4 классы	5-12 классы
Подъем	7.00	7.00
Зарядка	7.05 – 7.20	7.05 – 7.20
Уборка спален, утренний туалет	7.20 – 7.40	7.20 – 7.40
Завтрак	7.40 – 8.00	7.40 – 8.00
Подготовка к учебным занятиям, прогулка	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30
Учебные занятия	8.30 – 12.50	8.30 – 13.50
2-й завтрак	11.00 – 11.20	11.00 – 11.20
Обед	13.00 – 13.30	13.50 – 14.20
Внеклассная деятельность	13.30 – 14.30	14.20 – 15.30
Дневной сон	14.30 – 15.30	-
Прогулка	15.30 – 16.10	15.30 – 16.10
Самоподготовка	16.10 – 16.50	16.10 – 17.00
Полдник	16.50 – 17.00	17.00 – 17.10
Внеклассные занятия, самоподготовка, свободное время	17.00 – 18.30	17.10 – 18.45
Ужин	18.30 – 19.00	18.45 – 19.15
Свободное время, прогулка	19.00 – 20.30	19.15 – 21.30
Уход за одеждой, вечерний туалет	20.30 – 21.00	21.30 – 22.00
Сон	21.00 – 7.00	22.00 – 7.00