

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
Государственного казенного
общеобразовательного учреждения
Пензенской области «Нижнеломовская
школа-интернат для обучающихся по
адаптированным образовательным
программам»

Протокол № 1 от 30 августа 2024 г.

Председатель

/ О.В. Водянова/

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Государственного казенного
общеобразовательного учреждения
Пензенской области «Нижнеломовская
школа-интернат для обучающихся по
адаптированным образовательным
программам»

/О.В.Водянова/

Приказ №131

« 2 » сентября 2024 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о правилах внутреннего распорядка обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила внутреннего распорядка обучающихся (далее - Правила) регулируют режим организации образовательного процесса, права и обязанности обучающихся ГКОУ «Нижнеломовская школа-интернат».

1.2. Настоящие Правила внутреннего распорядка обучающихся разработаны в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», уставом ГКОУ «Нижнеломовская школа-интернат».

1.3. Правила внутреннего распорядка обучающихся в образовательной организации поддерживаются на основе уважения человеческого достоинства обучающихся и педагогических работников. Применение физического и (или) психического насилия по отношению к обучающимся не допускается.

1.4. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми обучающимися ГКОУ «Нижнеломовская школа-интернат» и их родителями (законными представителями).

1.5. Настоящие Правила внутреннего распорядка обучающихся призваны способствовать формированию у обучающихся таких личностных качеств, как организованность, ответственность, уважение к окружающим.

1.6. Настоящие Правила вступают в силу с момента их утверждения и действуют бессрочно, до замены их новыми Правилами.

2. Режим образовательного процесса

2.1. Конкретные сроки каждого учебного периода и каникул определяются ежегодно и закрепляются в календарном учебном графике на учебный год. Календарный учебный график утверждается приказом директора.

2.2. Расписание учебных занятий составляется в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3.648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», а также Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования

к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

2.3. Режим образовательного процесса на конкретный учебный год устанавливается ежегодно приказом директора.

3. Права и обязанности обучающихся

Права и обязанности обучающегося, предусмотренные законодательством об образовании и настоящими Правилами, возникают у лица, принятого на обучение в школу-интернат, с даты, указанной в распорядительном акте (приказе) о приёме лица на обучение.

3.1. Обучающиеся имеют право на:

- предоставление условий для обучения с учетом особенностей психофизического развития и состояния здоровья обучающихся, в том числе получение социально- педагогической и психологической помощи, бесплатной психолого-медико- педагогической коррекции;
- обучение по индивидуальному учебному плану;
- уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья;
- свободу совести, информации, свободное выражение собственных взглядов и убеждений;
- каникулы в соответствии с календарным учебным графиком, утверждаемым ежегодно;
- перевод для получения образования по другой форме обучения и форме получения образования в порядке, установленном законодательством об образовании;
- перевод в другое образовательное учреждение, реализующего образовательную программу соответствующего уровня, в порядке, предусмотренном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования;
- ознакомление с настоящими Правилами, со свидетельством о государственной регистрации, с уставом, с лицензией на осуществление образовательной деятельности, со свидетельством о государственной аккредитации, с учебной документацией, другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности ГКОУ «Нижнеломовская школа-интернат»;
- бесплатное пользование учебниками, учебными пособиями, средствами обучения и воспитания в пределах федеральных государственных образовательных стандартов, библиотечно-информационными ресурсами;
- развитие своих творческих способностей и интересов, включая участие в конкурсах, олимпиадах, выставках, смотрах, физкультурных и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных спортивных соревнованиях и других массовых мероприятиях, участие в научно – исследовательской, научно – технической, экспериментальной и инновационной деятельности, осуществляемой школой;
- поощрение за успехи в учебной, спортивной, общественной, творческой деятельности;
- благоприятную среду жизнедеятельности без окружающего табачного дыма, пара и охрану здоровья от воздействия окружающего табачного дыма, пара и последствий потребления табака и электронных устройств для курения;
- на защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности;
- на условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья;
- на защиту от информации, пропаганды и агитации, наносящей вред здоровью, нравственному и духовному развитию;
- участие в общественных объединениях;

- обеспечение питанием.

- обучающимся (воспитанникам) предоставляются следующие меры социальной поддержки:

- 1) полное государственное обеспечение, в том числе обеспечение одежной, обувью, жестким и мягким инвентарём, в случаях и в порядке, которые установлены федеральными законами субъектов Российской Федерации;
- 2) обеспечение питанием: учреждение обязуется обеспечить обучающихся (воспитанников), проживающих в учреждении — шестиразовым горячим питанием;
- 3) транспортное обеспечение обучающихся, нуждающихся в перевозке до школы и обратно;
- 4) получение денежных выплат детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, предусмотренных законодательством Российской Федерации;
- 5) иные меры социальной поддержки.

3.2. Организация питания обучающихся

- организация питания обучающихся возлагается на ГКОУ «Нижнеломовская школа-интернат»;
- учреждение обязуется обеспечить обучающихся (воспитанников), проживающих в учреждении — шестиразовым горячим питанием;
- учреждение обязуется обеспечить обучающихся, не проживающих в учреждении — двухразовым горячим питанием;

3.3. Охрана здоровья обучающихся

Обучающиеся имеют право на охрану здоровья, которая включает в себя:

- оказание первичной медико – санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;
- организацию питания обучающихся;
- определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул;
- пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;
- организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом;
- прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации медицинских осмотров, в том числе профилактических медицинских осмотров, в связи с занятиями физической культурой и спортом, и диспансеризации;
- профилактику и запрещение курения табака или потребления никотиносодержащей продукции, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, наркотических средств и психотропных веществ и других одурманивающих веществ;
- обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в школе;
- профилактику несчастных случаев во время пребывания в школе;
- проведение санитарно – противоэпидемических и профилактических мероприятий;
- обучение педагогических работников навыкам оказания первой помощи.

3.4. Обучающиеся обязаны:

- соблюдать устав школы, настоящие Правила внутреннего распорядка обучающихся, инструкции по охране труда, правила пожарной безопасности, выполнять решения педагогического совета и органов общественного самоуправления, требования администрации и педагогов в целях обеспечения безопасности образовательного процесса;
- вести себя в школе и вне ее так, чтобы не уронить свою честь и достоинство, не запятнать доброе имя школы; быть дисциплинированным, соблюдать общественный порядок в школе и вне ее, выполнять требования дежурных преподавателей по школе, добросовестно относиться к дежурству по школе;

- посещать школу в предназначенное для этого время, не пропускать занятия без уважительной причины, не опаздывать на уроки; в случае пропуска занятий, представлять классному руководителю справку медицинского учреждения или заявление родителей (лиц, их заменяющих) о причине отсутствия. Если занятия были пропущены без уважительной причины, и родители не знали об этом, администрация школы предпринимает организационные и педагогические меры по профилактике пропусков занятий. Если индивидуальные профилактические мероприятия с обучающимися и родителями (законными представителями) не имеют положительных результатов, ученик может быть поставлен на внутришкольный учет при этом в отношении родителей (законных представителей), не уделяющих должного внимания воспитанию и получения образования учащегося, направляется соответствующая информация в Комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав.
- находиться в школе в течение учебного времени, покидать территорию школы в урочное время возможно только с разрешения классного руководителя или дежурного администратора;
- добросовестно учиться, осваивать учебную программу, выполнять индивидуальный учебный план, в том числе посещать предусмотренные учебным планом или индивидуальным учебным планом занятия, своевременно и качественно выполнять домашние задания;
- с учетом возрастных и психофизических особенностей участвовать в общественно - полезном труде, предусмотренном образовательной программой и направленном на формирование у обучающихся трудолюбия и базовых трудовых навыков, чувства причастности и уважения к результатам труда;
- приветствовать работников и посетителей школы, проявлять уважение к старшим, заботиться о младших; уступать дорогу педагогам, взрослым, старшие школьники – младшим, мальчики – девочкам, выполнять законные требования и распоряжения администрации, педагогов и работников, сотрудников охраны школы.
- решать спорные и конфликтные ситуации мирно, на принципах взаимного уважения, с учетом взглядов участников спора; если такое невозможно - обращаться за помощью к классному руководителю, администрации школы;
- беречь имущество школы, аккуратно относиться как к своему, так и к чужому имуществу.
- соблюдать требования к школьной одежде и внешнему виду обучающихся, находиться в школе только в сменной обуви, иметь опрятный и ухоженный внешний вид: на учебных занятиях (кроме занятий, требующих специальной формы одежды) присутствовать только в одежде делового (классического) стиля, на учебных занятиях, требующих специальной формы одежды (физкультура, труд и т.п.) присутствовать только в специальной одежде и обуви;
- заботиться о сохранении и укреплении своего здоровья, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию;
- немедленно информировать педагогического работника, ответственного за осуществление мероприятия, о каждом несчастном случае, произошедшем с ними или очевидцами которого они стали;
- не осуществлять действия, влекущие за собой нарушение прав других граждан на благоприятную среду жизнедеятельности без окружающего табачного дыма, пара от электронных сигарет и др., охрану их здоровья от воздействия окружающего табачного дыма и пара, и последствий потребления табака и электронных сигарет;

3.5. Обучающимся запрещается:

- приносить, передавать, использовать в школе и на ее территории оружие, спиртные напитки, табачные изделия, токсические и наркотические вещества и иные предметы и вещества, способные причинить вред здоровью участников образовательного процесса и (или) деморализовать образовательный процесс;
- курить в здании, на территории школы;
- использовать ненормативную лексику (сквернословить), непристойные выражения,

жесты и плевать;

- приходить в школу в грязной, мятой одежде, неприлично короткой или открытой одежде, открыто демонстрировать принадлежность к политическим партиям, различным фан-движениям, каким бы то ни было партиям, религиозным течениям, неформальным объединениям и т.п., осуществлять пропаганду политических, религиозных идей, а также идей, наносящих вред духовному и физическому здоровью человека;
- портить имущество школы или использовать его не по назначению, мусорить, лить воду на пол, делать какие – либо надписи на стенах, мебели и пр., приклеивать что – либо на мебель и иное имущество школы, совершать действия, нарушающие чистоту и порядок.
- в школе категорически запрещено, поскольку представляет опасность жизни и здоровью учащихся:
 - залезать на подоконники, шкафы, оборудование помещений, здания;
 - кататься на перилах, сидеть на перилах и подоконниках, толкать других учеников;
 - открывать и входить в хозяйственные помещения школы, не предназначенные для нахождения там людей;
 - открывать электрические шкафы, запасные выходы без необходимости;
 - использовать не в соответствии с их назначением спортивные и игровые конструкции на территории школы;
 - использовать любые средства и вещества, которые могут привести к взрывам и пожарам;
 - производить любые иные действия, влекущие за собой опасные последствия для окружающих и самого обучающегося;
 - применять физическую силу в отношении других обучающихся, работников школы и иных лиц для выяснения отношений, использовать запугивание, вымогательство, совершать любые действия, влекущие за собой опасные последствия для окружающих, такие как толкание, удары любыми предметами, бросание чем – либо и т.д.;
 - решать любые вопросы с помощью физической силы или насилия;
 - по отношению к работникам школы проявлять неуважение, оскорбление личности, любые формы физического и психического насилия, унижение человеческого достоинства;
 - уходить из школы и с ее территории во время занятий без разрешения педагога или руководителей школы, уйти из школы во время образовательного процесса возможно только с разрешения классного руководителя, дежурного администратора или иного уполномоченного лица;
 - играть в спортивные и подвижные игры вне специально отведенных для этого мест;
 - самовольно покидать спортивные, культурные и внеклассные мероприятия.
 - использовать средства подвижной радиотелефонной связи во время проведения учебных занятий при освоении образовательных программ, а также использование во время нахождения в школе за исключением случаев возникновения угрозы жизни или здоровью обучающихся, необходимости срочной связи с родителями (законными представителями), иных экстренных случаев.
 - перемещать из помещения в помещение без разрешения администрации или материально-ответственных лиц мебель, оборудование и другие материальные ценности.
- осуществлять кино-, фото- и видеосъемку в здании и на территории Школы без разрешения администрации;
- осуществлять предпринимательскую деятельность, в т.ч. торговлю или оказание платных услуг;
- играть в азартные игры, проводить операции спекулятивного характера;
- пропускать обязательные учебные занятия, предусмотренные учебным планом и образовательной программой соответствующего уровня, без уважительных причин;

4. Поведение на уроке

- 4.1. обучающиеся занимают свои места за партой в кабинете по указанию классного руководителя или учителя – предметника, который учитывает при размещении физические и психофизические особенности обучающихся.
- 4.2. Перед началом урока обучающиеся должны подготовить свое рабочее место и все необходимое для работы на уроке.
- 4.3. При входе педагога в класс обучающиеся встают. Они садятся после приветствия и разрешения педагога. Так же ученики приветствуют любого взрослого, вошедшего в класс во время занятий. При выходе педагога или другого взрослого из класса обучающиеся тоже встают.
- 4.4. В случае опоздания на урок постучаться в дверь кабинета, зайти, поздороваться с учителем, извиниться за опоздание и попросить разрешения сесть на место.
- 4.5. На время урока учитель устанавливает правила поведения на уроке.
- 4.6. Во время урока нельзя шуметь, отвлекаться самому и отвлекать товарищей от занятий разговорами, играми и другими, не относящимися к уроку делами, пользоваться мобильными телефонами.
- 4.7. Если обучающийся хочет что-нибудь сказать, попросить, задать вопрос учителю или ответить на вопрос, он поднимает руку, после разрешения учителя говорит. Педагог может установить другие правила. Звонок (сигнал) об окончании урока даётся для учителя. Он определяет точное время окончания урока и объявляет ученикам о его окончании. Если учащемуся необходимо выйти из класса, он должен попросить разрешения учителя. Выходить из кабинета во время урока можно только в крайних случаях с разрешения учителя, ведущего урок.
- 4.8. Если обучающийся пропустил уроки в школе, то он должен предъявить классному руководителю медицинскую справку. Пропускать и опаздывать на уроки и занятия в группе продлённого дня без уважительных причин не разрешается
- 4.9. Обучающийся обязан иметь при себе необходимые для урока принадлежности.
- 4.10. Обучающиеся должны иметь спортивную форму и обувь для уроков физкультуры. При отсутствии такой одежды, обучающиеся остаются в зале, но к занятиям не допускаются. Ученики, освобождённые от уроков физической культуры, должны во время урока находиться в спортивном зале.
- 4.11. Запрещается во время уроков пользоваться мобильными телефонами и другими устройствами, не относящимися к учебному процессу.
- 4.12. Компьютеры, технические средства обучения, лабораторные приборы и учебные пособия используются строго по назначению и с разрешения педагога, а также с соблюдением правил безопасности при работе с техническими средствами обучения и лабораторным оборудованием.
- 4.13. Обучающиеся после окончания учебного занятия (урока) выходят из учебного кабинета (помещения) для отдыха.

5. Поведение на переменах и после окончания занятий

- 5.1. Время, отведенное на перемену, предназначено для отдыха обучающихся и подготовки к следующему уроку по расписанию занятий.
- 5.2. Во время перерывов (перемен) обучающиеся обязаны:
- привести в порядок свое рабочее место;
 - выйти из класса;
 - подчиняться требованиям дежурных педагогов и работников школы, обучающихся дежурного класса.
- 5.3. Обучающиеся должны быть внимательными на лестницах, в гардеробе, в дверных проемах, туалетах. Во время движения по лестнице держаться за перила, не создавать помех при движении.
- 5.4. На переменах запрещается:

- бегать по коридорам и лестницам, вблизи оконных проемов, стеклянных витрин и в других местах, не приспособленных для игр;
- прыгать через ступеньки, перегибаться через перила, кататься и сидеть на перилах, прыгать с высоты;
- толкать друг друга, бросаться предметами и применять физическую силу для решения любого рода проблем;
- играть в игры, которые могут привести к травмам и порче имущества;
- открывать окна, курить, открывать и входить в хозяйственные и иные помещения школы, не предназначенные для нахождения там обучающихся, открывать электрические

шкафы, запасные выходы;

- использовать не по назначению спортивные и игровые конструкции на территории школы;
- употреблять непристойные выражения и жесты, кричать, запугивать, заниматься вымогательством, мешать другим отдыхать.

5.5. Находясь в столовой, обучающиеся:

- соблюдают правила гигиены: входят в помещение столовой без верхней одежды, тщательно моют руки перед едой;
- выполняют требования работников столовой, соблюдают порядок;
- проявляют внимание и осторожность при получении и употреблении горячих и жидких блюд.

6. Правила поведения в гардеробе

6.1. Обучающиеся снимают верхнюю одежду и вешают ее в гардероб в соответствии с определенной для класса раздевалкой и сектором.

6.2. Уличная обувь хранится в гардеробе в пакете или мешке.

6.3. В гардеробе запрещается:

- оставлять ключи, деньги, проездные билеты, мобильные телефоны и другие ценные вещи;
- находиться в гардеробе и брать одежду без разрешения дежурного учителя, учителя – предметника или классного руководителя;
- приходить в гардероб во время урока;
- нарушать правила поведения (кричать, толкаться, бегать, применять физическую силу и прочее), так как гардероб является зоной повышенной опасности.

7. Правила поведения в спортивном зале, спортивных площадках

7.1. Не входить в спортивный зал без разрешения учителя. Обучающиеся, освобожденные от занятий физической культурой, обязательно присутствуют в зале.

7.2. В спортивном зале заниматься только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой. Обучающиеся без соответствующей формы находятся в спортивном зале, но к занятиям не допускаются.

7.3. Не входить в спортивный зал в верхней одежде.

7.4. Соблюдать личную гигиену (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти).

7.5. Не заносить в спортзал портфели и сумки. Оставлять все свои вещи в раздевалке.

7.6. Необходимо снимать с себя украшения (браслеты, длинные серьги, цепочки и т.д.), длинные волосы заплетать.

7.7. Переодеваться в спортивную одежду в раздевалке.

7.8. В раздевалках обучающиеся находятся только до и после урока физической культуры по разрешению учителя. Нахождение в раздевалках во время урока запрещено.

7.9. В спортзал входить спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок.

7.10. Не включать самостоятельно электроосвещение.

7.11. Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания учителя.

7.12. Внимательно прослушать инструктаж учителя по безопасному поведению во время упражнений, игр и пр.

7.13. Использовать спортивную площадку, его оборудование по прямому назначению.

7.14. Заниматься только на исправном спортивном оборудовании.

7.15. Запрещается использовать оборудование спортивной площадки не по его прямому назначению, в том числе висеть на футбольных воротах, баскетбольных щитах и кольцах, использовать прыжковую яму, как песочницу, и прочее.

7.16. Запрещается находиться на спортивных площадках обучающимся без сопровождения

ответственного лица.

7.17. Запрещается на спортивных площадках толкаться, прыгать, кричать и совершать иные действия, нарушающие общественный порядок.

7.18. Запрещается на спортивных площадках производить самостоятельную разборку, сборку и ремонт спортивных снарядов и оборудования.

7.19. Запрещается на спортивные площадки приносить огнестрельное и холодное оружие, химические и взрывчатые вещества, колюще-режущие и иные предметы и средства, наличие либо применение которых может представлять угрозу.

7.20. Запрещается приносить, передавать и употреблять на территории спортивных площадок спиртные напитки, табачные изделия, токсические, наркотические вещества и иные одурманивающие вещества.

7.21. Запрещается на спортивных площадках использовать открытый огонь и пиротехнические изделия.

7.22. Запрещается на спортивных площадках бросать посторонние предметы, оставлять мусор, разливать какие-либо жидкости на покрытие, а также причинять ущерб покрытию и инвентарю какими-либо предметами, наносить вандальные надписи.

7.23. Запрещается на спортивных площадках создавать конфликтные ситуации, оскорбительные выражения и хулиганские действия в адрес других лиц.

8. Дежурство обучающихся

8.1. В целях поддержания порядка, обеспечения прав обучающихся, профилактики и раннего выявления дисциплинарных проступков, предупреждения несчастных случаев в Учреждении организуется ежедневное дежурство.

8.2. Дежурство в школе совместно осуществляют дежурный класс, дежурные учителя согласно разработанному и утвержденному графику.

8.3. К дежурству привлекаются обучающиеся 6-12-х классов, классные руководители, все учителя (кроме совместителей).

8.4. Дежурство является способом самоорганизации учебного коллектива и формой воспитательной работы.

8.5. Назначение обучающимися дежурными не умаляет прав и законных интересов обучающихся, не освобождает их от исполнения обязанностей обучающихся.

8.6. Дежурные обучающиеся должны быть примером достойного поведения для других обучающихся, соблюдать дисциплину и правила поведения.

8.7. Дежурные ученики находятся на своих постах до занятий, на переменах и после занятий до конца дежурства, обеспечивая порядок и чистоту на закрепленном участке.

Обязанности обучающихся дежурного класса:

-поддерживать чистоту и порядок на своих постах во время дежурства и своевременное информирование дежурного учителя о нарушениях;

-контролировать сохранность школьного имущества во время дежурства и своевременное информирование об его порче;

-останавливать обучающихся, бегающих по лестницам, вблизи оконных проемов и других местах, не приспособленных для игр;

-следить за тем, чтобы школьники не применяли физическую силу для решения споров, не употребляли непристойные выражения;

-обо всех нарушениях и экстремальных ситуациях дежурные ученики сообщают дежурному классному руководителю, дежурному учителю или дежурному администратору;

-дежурные ученики не вправе самостоятельно принимать какие – либо меры к нарушителям, кроме устного замечания в корректной форме.

Дежурные ученики имеют право:

-в тактичной и вежливой форме сделать замечание обучающемуся, нарушающему порядок, чистоту в школе или сохранность школьного имущества;

-обратиться за помощью к дежурному классному руководителю, дежурному учителю или

дежурному администратору;
-внесения предложений по организации дежурства.

9. Поощрения

9.1. Обучающиеся школы поощряются за:

- успехи в учебе;
- участие и победу в предметных олимпиадах, творческих конкурсах и спортивных состязаниях;
- общественно-полезную деятельность и добровольный труд на благо школы;
- благородные поступки;
- участие в социальных акциях и волонтерских проектах.

9.2. Школа применяет следующие виды поощрений:

- объявление благодарности;
- награждение Почетной грамотой;
- направление благодарственного письма родителям (законным представителям) обучающегося.

10. Заключительные положения

10.1. Настоящие Правила распространяются на все мероприятия, проводимые в школе и за её пределами.

10.2. Настоящие Правила размещаются на официальном сайте и вывешиваются в школе на доске объявлений для ознакомления.

Расписание звонков
ГКОУ «Нижнеломовская школа-интернат»

1 урок – 8.30 – 9.10	1 перемена – 10 мин
2 урок – 9.20 – 10.00	2 перемена – 20 мин
3 урок – 10.20 – 11.00	3 перемена – 20 мин
4 урок – 11.20 – 12.00	4 перемена – 10 мин
5 урок – 12.10 – 12.50	5 перемена – 20 мин
6 урок – 13.10 – 13.50	6 перемена – 20 мин
7 урок – 14.10 – 14.50	

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

Режимные моменты	Время суток (час)	
	1-4 классы	5-12 классы
Подъём	7:00	7:00
Зарядка	7:05 — 7:20	7:05 — 7:20
Уборка спален	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-ой завтрак	11:00 — 11:20	11:00 — 11:20
Обед	13:00 — 13:30	13:50 — 14:20
Внеурочная 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