

**ГБОУ «Верхнечелнинская школа – интернат
для детей с ОВЗ»**



«Утверждаю»

Директор школы - интерната:

Галимова А. А.

Режим дня:

Режимные моменты	Время суток (час)	
	1-4 классы	5-9 классы
Подъем	7.10	7.10
Зарядка	7.15-7.25	7.15-7.25
Уборка спален, проветривание, утренний туалет	7.25-8.00	7.25-8.00
Завтрак	8.00-8.20	8.00-8.20
Подготовка к занятиям	8.20-8.30	8.20-8.30
Учебные занятия	8.30-13.30	8.30-15.10
Обед	11.40-12.00	11.40-12.00
Логопедический час, внеурочная деятельность, прогулка на свежем воздухе(игры, наблюдения, труд)	12.10-14.00	15.10-15.50
Дневной сон	14.00-15.30	-
Полдник	15.50-16.00	15.50-16.00
Прогулки, общественно- полезный труд на воздухе, репетиции, подготовка к школьным мероприятиям	16.00-17.00	16.00-17.00
Самоподготовка	17.00-18.00	17.00-18.30
Ужин	18.30-19.00	18.30-19.00
Прогулка, уход за одеждой, вечерний туалет, свободное время	19.00-19.30	19.00-19.30
Клубные час (занятия по интересам)	19.30-20.10.	19.30-20.10.
2-ой ужин	20.10-20.20	20.10-20.20
Уборка комнат, проветривание, вечерний туалет, подготовка ко сну.	20.20-21.00	20.20-21.00
Сон	21.00-7.10	21.00-7.10