

Режим дня на 2017 - 2018 учебный год



Младшие группы (2-4 кл.)

7.00	подъем
7.10-7.20	утренняя гимнастика
7.20-8.00	утренний туалет, уборка комнат
8.00-8.30	завтрак
8.30-9.00	прогулка
9.00-10.30	учебные занятия
10.30-10.50	второй завтрак
10.50-14.10	учебные занятия
14.10-14.30	обед
14.30-15.30	прогулка
15.30-16.30	свободное время: зан. по интересам
16.30-17.20	самоподготовка
17.20-17.30	перерыв
17.30-18.00	воспитательский час
18.00-18.20	ужин
18.30-19.00	вечерняя прогулка
19.00-19.15	второй ужин
19.15-20.30	свободное время: зан. по интересам
20.30-21.00	подготовка ко сну
21.00-07.00	ночной сон

7.00	подъем
7.10-7.20	утренняя гимнастика
7.20-8.00	утренний туалет, уборка комнат
8.00-8.30	завтрак
8.30-9.00	прогулка
9.00-10.30	учебные занятия
10.30-10.50	второй завтрак
10.50-12.30	учебные занятия
12.30-14.10	прогулка
14.10-14.30	обед
14.30-16.00	дневной сон
16.00-16.30	прогулка
16.30-17.20	самоподготовка
17.20-17.30	перерыв
17.30-18.00	воспитательский час
18.00-18.20	ужин
18.20-19.00	вечерняя прогулка
19.00-19.15	второй ужин
19.15-20.30	свободное время: зан. по интересам
20.30-21.00	подготовка ко сну
21.00-07.00	ночной сон

Старшие группы (5-9 кл.)

7.00	подъем
7.10-7.20	утренняя гимнастика
7.20-8.00	утренний туалет, уборка комнат
8.00-8.30	прогулка
8.30-9.00	завтрак
9.00-11.30	учебные занятия
11.30-11.50	второй завтрак
11.50-15.00	учебные занятия
15.00-15.30	обед
15.30-17.00	прогулка
17.00-18.00	самоподготовка
18.00-18.15	перерыв
18.15-19.00	воспитательский час
19.00-19.20	ужин
19.20-20.00	прогулка
20.00-20.10	второй ужин
20.10-21.30	свободное время: зан. по интересам
21.30-22.00	подготовка ко сну
22.00-07.00	ночной сон