



Утверждаю:
Директор
ГКОУ СЛШ №1
Джаппиева Л.Х.
«02» 09 2016 г.

Режим дня обучающихся

ГКОУ «Санаторно-лесная школа №1»

Режимные моменты	Время суток	
	1-4 классы	5-6 классы
Подъем	7.00	7.00
Утренний туалет. Утренняя зарядка	7.00 - 7.30	7.00 - 7.30
Уборка спален	7.30 - 8.00	7.30 - 8.00
Прогулка, игры на воздухе	8.00 - 8.30	8.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00
Учебные занятия <i>После 2 урока большие перемена,</i>	9.00 - 13.20	9.00 - 14.10
Прогулка <i>Для учащихся 1-4 классов</i>	13.20 - 14.00	
Обед	14.00 - 14.30	14.00 - 14.30
Тихий час	14.30 - 16.15	14.30 - 16.15
Полдник. Уборка спален	16.15 - 16.45	16.15 - 16.45
Прогулка, общественно-полезный труд на воздухе, спортивный час	16.45 - 17.45	16.45 - 17.45
Кружковая работа	По расписанию	По расписанию
Самоподготовка	17.45 - 19.00	17.45 - 19.15
Прогулка, свободное время	19.00 - 19.30	19.15 - 19.30
Ужин	19.30 - 20.00	19.30 - 20.00
Прогулка, малоподвижные игры на свежем воздухе, клубный час	20.00 - 20.30	20.00 - 20.30
Вечерний туалет, уход за одеждой	20.30 - 21.00	20.30 - 21.00
Сон	21.00	21.00