|  |  |
| --- | --- |
| **Согласован:**Председатель профкома ГКОУ СЛШ №1\_\_\_\_\_\_\_ Тугова Р.А. «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г |  **Утверждаю:**Директор ГКОУ СЛШ №1\_\_\_\_\_\_\_ Джаппуева Л.Х. «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_ 20\_\_ 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****После 2 урока большие перемена**,  | **9.00 – 13.20** | **9.00 – 14.10** |
| **Прогулка** Для учащихся 1-4 классов | **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** |