Утверждаю:

Директор ОГКОУ «Школа-интернат № 92»

…………..……………………..В.А. Борисов

**Режим дня**

**ОГКОУ «Школа-интернат № 92»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимный момент** | **Время суток (час.)** |
|  | 1-4 классы | 5-12 классы |
| Подъем | 07.00 | 07.00 |
| Зарядка | 07.05- 07.20 | 07.05-07.20 |
| Уборка спален, утренний туалет | 07.20 – 07.40 | 07.20 – 07.40 |
| Завтрак | 07.40 – 07.50 | 07.40 – 07.50 |
| Прогулка | 07.50 – 08.15 | 08.00 – 08.15 |
| **Учебные занятия** |
| **1 урок** | 08.15 - 08.55 |
| **2 урок** | 09.05 - 09.45 |
| Второй завтрак | 9.45 – 10.05 |
| **3 урок** | 10.05 – 10.45 |
| **4 урок** | 10.55 – 11.35 |
| Спортивный час | 11.35-12.35 |
| **Обед** | 12.35 – 12.55 |
|  |  |
| **5 урок** | 12.55 – 13.35 |
| **6 урок**  | Прогулка, круж-ковая работа.Дневной сон  | 13.35 – 14.15 |
| **7 урок** | 14.25 – 15.05 |
|  | 14.00-15.30 |
| Полдник | 15.45 – 16.00 |
| Самоподготовка | 16.00 - 17.00 | 16.00 -18.00 |
| Внеклассные занятия | 17.00 – 17.30 | - |
| Прогулка, свободное время  | 17.30 – 18.00 | - |
| **Ужин** | 18.00 – 18.20 |
| Свободное время, прогулка, вне-классное занятие, чтение художест-венной литературы, просмотр TV | 18.20 – 20.30 |
| **Второй ужин** | 20.30 -20.40 |
| Уход за одеждой, вечерний туалет | 20.40 - 21.00 | 20.40 - 22.00 |
| **Сон** | 21.00 – 07.00 | 22.00 - 07.00 |