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 кл. | 2-12Б кл | |
| **1 урок** | | 8.15 -8.40 | 08.15 - 08.55 | |
| **2 урок** | | 9.05 – 9.40 | 09.05 - 09.45 | |
| **Второй завтрак** | |  | 9.45 – 10.05 | |
| **3 урок** | | 10.05 – 10.45 | 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, внеклас-сное занятие, чтение художественной 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 |

I класс: I триместр – 3 урока по 35 мин, до следущего календарного года – 4 урока по 35 мин; со II полугодия – по 40 минут.

II-IV классов – не более 5 уроков; по 40 минут V-VI классов – не более 6 уроков; VII-XI (XII) классов – не более 7 уроков