

Приложение 1
к приказу №157 от 31.08.2026 г.

Режим занятий обучающихся

№ п/п	Вид занятий и отдыха	Время 1 - 4 классы			№ п/п	Вид занятий и отдыха	Время 5 - 9 классы
1.	Подъем	07.00			1.	Подъем	07.00
2.	Зарядка	07.05-07.20			2.	Зарядка	07.05-07.20
3.	Уборка спален, утренний туалет	07.20-08.00			3.	Уборка спален, утренний туалет	07.20-08.00
4.	Завтрак	08.00-08.20			4.	Завтрак	08.00-08.20
5.	Прогулка, подготовка к занятиям	08.20-09.00			5.	Прогулка, подготовка к занятиям	08.20-09.00
6.	Учебные занятия	09.00- 13.10			6.	Учебные занятия	09.00- 14.00
		1кл (1-2ч.)	1кл (3-4ч.)	2-4 кл.			5 – 9 кл
		1.9.00-9.35	1.9.00-9.40	1.9.00-9.40			1.9.00-9.40
		2.9.45-10.20	2.9.50-10.30	2.9.50-10.30			2.9.50-10.30
		Динамич. пауза 10.20-11.00	Динамич. пауза 10.30-11.10	Перерыв 10.30-10.50			3.10.40-11.20
		3.11.00-11.35	3.11.10-11.50	3.10.50-11.30			Перерыв 11.20-11.40
		4.11.45-12.20	4.12.00-12.40	4.11.40-12.20			4.11.40-12.20
		(1ч. по 3 урока) Перерыв 12.20.13.30	5.12.50-13.30 Перерыв 13.10-13.30	5.12.30-13.10 Перерыв 13.10-13.30			5.12.30-13.10 6.13.20-14.00
7.	Обед	13.30-14.00			7.	Обед	14.00-14.30
8.	Дневной сон	14.00- 15.30			8.	Дневной сон	-
9.	Полдник	15.30-16.00			9.	Полдник	-
10.	Прогулка, ОПТ	-			10.	Занятия (коррекц,внеур.) Прогулка, ОПТ	14.30-16.00
11.	Занятия (коррекц,внеур.) самоподготовка	16.00-17.00			11.	Занятия (коррекц,внеур.) Самоподгот-ка	16.00-18.00
12.	Внеклассные занятия, прогулка, свободное время	17.00-18.00 (индивидуальный, фронтальный режим)			12.	Ужин	18.00-18.15
13.	Ужин	18.00-18.15			13.	Внеклассные воспитательск. занятия, прогулка, свободное время	18.15-19.40
14.	Внеклассные воспитательск. занятия, прогулка, свободное время	18.15-19.00					
15.	Прогулка	19.00-19.40					
16.	Второй ужин	19.40-20.00			14.	Второй ужин	19.40-20.00
17.	Свободное время, прогулка, гигиенические процедуры	20.00-20.30			15.	Свободное время, прогулка, уход за одеждой, гигиенические процедуры	20.00-22.00
18.	Сон	20.30-07.00			16.	Сон	22.00-07.00