



«Утверждаю»

Директор СОШ с. Полноват

А.Г.Лузянин

Режим

воспитанников пришкольного интерната СОШ с. Полноват

Режимные моменты	Время суток (ч.)	
	1 – 4 классы	5 – 11 классы
Подъём	07:00	07:00
Зарядка	07:05 – 7:15	07:05 – 7:15
Уборка спален, утренний туалет	07:15 – 7:35	07:15 – 7:35
Завтрак	07:35 – 7:55	07:35 – 7:55
Учебные занятия	8:30 – 12:45	8:30 – 14:30
Обед	12:45 – 13:00	12:40 – 13:00
Свободное время, прогулки	13:00 – 14:00	14:30 – 15:00
Самоподготовка	14:00 – 16:00	15:00 – 16:00
Занятия в кружках	16:00 – 17:00	16:00 – 17:00
Ужин	18:00 – 18:30	18:00 – 18:30
Воспитательные мероприятия (по плану)	18:30 – 19:30	18:30 – 19:30
Свободное время, самоподготовка, гигиенические процедуры, прогулки	19:30 – 20:00	19:30 – 20:00
Второй ужин	20:00 – 20:30	20:00 – 20:30
Уборка в комнатах	20:30 – 21:00	20:30 – 21:00
Чтение художественной литературы	-	21:00 -22:00
Сон	21:00 – 07:00	22:00 – 07:00

Второй завтрак проводится:
 для 1-6 классов после 2 урока,
 для 7-11 классов после 3 урока.

«Утверждаю»

Директор СОШ с. Полноват

А.Г.Лузянин



Режим

воспитанников пришкольного интерната СОШ с. Полноват

в субботу, воскресенье и праздничные дни

Режимные моменты	Время суток (ч.)	
	1 – 4 классы	5 – 11 классы
Подъём	09:00	09:00
Гигиенические процедуры	09:00 – 9:30	09:00 – 9:30
Завтрак	09:30 – 10:00	09:30 – 10:00
Генеральная уборка в комнатах	10:00 – 11:00	10:00 – 11:00
Спортивный час, посещение кружков, секций, родственников, просмотр телевизионных передач, свободное время, прогулки	11:00 – 14:00	11:00 – 14:00
Обед	14:00 – 14:30	14:00 – 14:30
Дневной сон	14:30 – 15:30	--
Самоподготовка	--	14:30 – 15:30
Прогулки	15:30 – 17:00	15:30 – 17:00
Занятия в кружках, свободное время	17:00 – 18:00	17:00 – 18:00
Ужин	18:00 – 18:30	18:00 – 18:30
Свободное время, уход за одеждой, гигиенические процедуры, стирка, прогулки	18:30 – 20:00	18:30 – 20:00
Второй ужин	20:00 – 20:30	20:00 – 20:30
Уборка в комнатах	20:30 – 21:00	20:30 – 21:00
Чтение художественной литературы	21:00 – 22:00	21:00 – 22:00
Занятия по интересам	-	22:00 – 23:00
Сон	22:00 – 09:00	23:00 – 09:00

Примечание:

В субботу просмотр телевизионных передач для учащихся 6-11 кл. до 23:00, генеральная уборка в комнатах и коридорах.