



Утверждаю  
Врио директора  
Л.М.Муртазина

2017 г

**Режим дня  
обучающихся  
КОУ «Излучинская школа-интернат»  
на 2017 – 2018 учебный год**

<b>Режимные моменты</b>	<b>I-V* классы (начальное общее образование)</b>	<b>V-IX классы (основное общее образование)</b>
Подъем	7.00	7.00
Зарядка	7.05- 7.20	7.05- 7.20
Уборка спален, утренний туалет	7.20-7.40	7.20-7.40
Завтрак	7,40-8,00	7,40-8,00
Прогулка	8,00-8,30	8,00-8,30
Учебные занятия	8,30-12.30	8,30-11.40
Второй завтрак	После второго урока	После второго урока
Спортивный час	12.30-13.15	11.40-12.25
Учебные занятия	-	12.25-15.05
Обед	13,15-13.55	13.55-14.25
Дневной сон (сентябрь и во время болезни)	14,00-15,30	-
Полдник 2-5* классы	15.30-16.00	16.00 – 16.30 ( во время самоподготовки)
Прогулка	14.30-16.00	
Прогулка, общественно полезный труд на воздухе		14.30-16.00
Самоподготовка	16.00-17.00	16.00-18.00
Внеклассные занятия, прогулка, свободное время	17.00-19.00	18.00-19.30
Ужин	19.00-19.30	19.30-20.00
Второй ужин	20.30-21.00	20.30-21.00
Сон	21.30-7.00	22.00-7.00