



УТВЕРЖДАЮ

Директор КТБОУ

«Дудинская школа-интернат»

И. Л. Усольцева

РЕЖИМ ДНЯ

(Старшее звено)

Понедельник - Пятница

7.30-7.50	Подъем. Утренний туалет, заправка постелей
7.50-8.10	Завтрак
8.10-8.20	Подготовка к учебным занятиям
8.20-14.30	Учебные занятия
14.40-15.10	Обед
15.10-16.00	Прогулка
16.00-16.45	Самоподготовка (с перерывом 10 минут)
16.45-17.00	Полдник
17.10-17.50	Воспитательный час, занятие творчеством.
17.50-18.00	Уход домой
18.00-19.00	Прогулка
19.00-19.20	Ужин
19.20-20.00	Минутки отдыха, занятия по интересам.
20.00-20.15	Второй ужин
20.15-21.00	Подготовка ко сну, уборка участков, игровых комнат, раздевалок.
21.00-21.30	Вечерний туалет
21.30	Сон

Суббота - Воскресенье

7.30-8.00	Подъем, утренний туалет, заправка постелей.
8.00-8.20	Завтрак
8.20-9.00	Минутки отдыха, занятия по интересам
9.00-10.00	Прогулка
10.00-11.00	Подготовка к бане, смена белья.
11.10-11.20	Второй завтрак
11.20-12.00	Самообслуживающий труд
12.00-13.00	Банный час
13.00-13.30	Обед
13.30-15.00	Дневной сон
15.00-16.00	Прогулка
16.00-16.45	Занятия по интересам
16.45-17.00	Полдник
17.00-18.00	Минуты отдыха
18.00-18.50	Прогулка
19.00-19.20	Ужин
19.20-20.00	Минутки отдыха, занятия по интересам.
20.00-20.15	Второй ужин
20.15-21.00	Подготовка ко сну, уборка игровых комнат
21.00-21.30	Вечерний туалет
21.30	Сон