



УТВЕРЖДАЮ  
ВРИО директора ГБОУ РМЭ  
«Октябрьская школа – интернат»  
И. В. Валиева  
«26» августа 2016 г.

### Режим дня для 1-9 классов

Режимные моменты	Время суток (час)	
	1-4 классы	5-9 классы
Подъем детей, утренний туалет, приведение в порядок личных вещей	7 <sup>00</sup> – 7 <sup>40</sup>	7 <sup>00</sup> – 7 <sup>25</sup>
Зарядка	7 <sup>40</sup> – 8 <sup>00</sup>	7 <sup>25</sup> – 7 <sup>40</sup>
Завтрак для 5 – 9 классов	-	7 <sup>40</sup> – 8 <sup>00</sup>
Завтрак для 1 – 4 классов	8 <sup>00</sup> – 8 <sup>20</sup>	
Сбор в школу, личное время воспитанников	8 <sup>20</sup> – 8 <sup>40</sup>	8 <sup>00</sup> – 8 <sup>30</sup>
Прогулка	8 <sup>40</sup> – 9 <sup>00</sup>	8 <sup>30</sup> – 9 <sup>00</sup>
Учебные занятия	9 <sup>00</sup> – 13 <sup>30</sup>	9 <sup>00</sup> – 14 <sup>20</sup>
Полдник	10 <sup>30</sup> – 10 <sup>50</sup>	11 <sup>30</sup> – 12 <sup>00</sup>
Обед для 1-4 классов	13 <sup>30</sup> – 14 <sup>00</sup>	-
Тихий час для 1-4 классов	14 <sup>00</sup> – 15 <sup>30</sup>	-
Обед для 5-9 классов	-	14 <sup>20</sup> – 14 <sup>50</sup>
Прогулка, личное время воспитанников, общественно– полезный труд на воздухе , школьные или групповые мероприятия.	16 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup>	14 <sup>50</sup> – 16 <sup>30</sup>
Полдник	15 <sup>30</sup> – 16 <sup>00</sup>	16 <sup>30</sup> – 17 <sup>00</sup>
Самоподготовка для 2-4 классов	17 <sup>00</sup> – 18 <sup>20</sup>	-
Самоподготовка для 5-9 классов		17 <sup>00</sup> – 18 <sup>40</sup>
Прогулка, личное время воспитанников, школьные или групповые мероприятия, внеклассные занятия	18 <sup>20</sup> – 19 <sup>00</sup>	18 <sup>40</sup> – 19 <sup>20</sup>
Ужин для 1 – 4 классов	19 <sup>00</sup> – 19 <sup>20</sup>	-
Ужин для 5 – 9 классов	-	19 <sup>20</sup> – 19 <sup>40</sup>
Прогулка, свободное время воспитанников.	19 <sup>20</sup> – 20 <sup>00</sup>	19 <sup>40</sup> – 20 <sup>30</sup>
Подготовка ко сну, соблюдение гигиенических требований	20 <sup>00</sup> – 21 <sup>00</sup>	20 <sup>30</sup> – 21 <sup>00</sup>
Сон	21 <sup>00</sup> – 7 <sup>00</sup>	21 <sup>00</sup> – 7 <sup>00</sup>