



**РЕЖИМ ДНЯ  
10-11 классов**

**Образовательный процесс в 10-11 классах осуществляется на 1 этаже левого крыла здания гимназии-интерната.**

**Обучающиеся 10-11 классов проживают на 2 этаже левого крыла здания гимназии-интерната.**

**Понедельник – среда**

6.45	подъем, утренние процедуры
7.00 - 7.15	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
7.15 – 7.55	подготовка к рабочему дню, 1-ый завтрак, прогулка
8.00 - 8.40	1-й урок
8.50 - 9.30	2-й урок
9.30 - 9.50	«тропа здоровья»
9.50 - 10.30	3-й урок
10.30 – 10.45	дополнительный завтрак 2 смена
10.45 - 11.25	4-й урок
11.35 - 12.15	5-й урок
12.25 - 13.05	6-й урок, «тропа здоровья»
13.05 – 13.25	«тропа здоровья»
13-15-13-55	7-ой урок
13.55 – 14.20	обед 2 смена
14.05 – 17.05	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 6 уроках в день, 8-й урок
14-50 -17-05	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 7 уроках в день
17.05 - 17.20	«тропа здоровья», полдник
17.20 - 19.50	обязательное время для выполнения заданий по предметам
19.50 – 20-05	ужин 2 смена
20.05 – 21.30	прогулка, личное время
21.30 - 22-00	подготовка ко сну
22.00	Отбой

**Четверг**

6.45	подъем, утренние процедуры
7.00-7.15	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
7.15 – 7.55	подготовка к рабочему дню, 1-ый завтрак, прогулка
8.00 - 8.40	1-й урок
8.50 - 9.30	2-й урок
9.30 - 9.50	«тропа здоровья»
9.50 - 10.30	3-й урок
10.30 – 10.45	дополнительный завтрак 2 смена
10.45 - 11.25	4-й урок
11.35 - 12.15	5-й урок
12.25 - 13.05	6-й урок, «тропа здоровья»
13.05 – 13.25	«тропа здоровья»
13-15-13-55	7-ой урок
13.55 – 14.20	обед 2 смена
14.05 – 16.15	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 6 уроках в день, 8-й урок
14.50 -16.15	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 7 уроках в день
16.15 – 17.05	общешкольные мероприятия (воспитательные мероприятия на уровне класса)

17.05 - 17.20	Полдник
17.20 - 19.50	обязательное время для выполнения заданий по предметам
19.50 – 20-05	Ужин
20.05 – 21.30	прогулка, личное время
21.30 - 22-00	подготовка ко сну
22.00	Отбой

### Пятница

6.45	подъем, утренние процедуры
7.00-7.15	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
7.15 – 7.55	подготовка к рабочему дню, 1-ый завтрак, прогулка
8.00 - 8.40	1-й урок
8.50 - 9.30	2-й урок
9.30 - 9.50	«тропа здоровья»
9.50 - 10.30	3-й урок
10.30 – 10.45	дополнительный завтрак 2 смена
10.45 - 11.25	4-й урок
11.35 - 12.15	5-й урок
12.25 - 13.05	6-й урок, «тропа здоровья»
13.05 – 13.25	«тропа здоровья»
13-15-13-55	7-ой урок
13.55 – 14.20	обед 2 смена
14.05 – 16.15	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 6 уроках в день
14-50 -16.15	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 7 уроках в день
17.05 - 17.20	Полдник
17.20 - 19.50	время дополнительного образования
19.50 – 20-05	Ужин
20.05 – 21.30	прогулка, личное время
21.30 - 22-00	подготовка ко сну
22.00	Отбой

### Суббота

8.00	подъем, утренние процедуры
8.00-8.15	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
8.15 – 8.55	подготовка к рабочему дню, 1-ый завтрак, прогулка
9.00 – 12.20	время дополнительного образования
9.40-10.00	дополнительный завтрак
12.20-13.30	свободное время
13.30 – 14.00	обед
14.20 – 16.30	занятия по интересам, прогулки, работа по плану воспитателей
16.30 - 17.00	Полдник
17.00 - 19.30	занятия по интересам, прогулки, работа по плану воспитателей
19.30 – 20-00	Ужин
20.00 – 21.30	прогулка, личное время
21.30 - 22-00	подготовка ко сну
22.00	Отбой

### Воскресенье

9-00	подъем, утренние процедуры
9.15-9.30	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
9.30 – 10.00	Завтрак
10.00 – 13.00	занятия по интересам, прогулки, работа по плану воспитателей
13.00 – 13.30	Прогулка
13.30 – 14.00	Обед
14.00 – 16.00	занятия по интересам, работа по плану воспитателя
16.00 – 16.15	Полдник
16.15 – 18.45	обязательное время для выполнения заданий по предметам (самоподготовка)

18.45 – 19-00	Ужин
19.00- 21.00	время дополнительного образования
21.00 – 22.00	личное время, подготовка ко сну
22.00	Отбой

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**7-9 классов**

**Образовательный процесс в 7-9 классах осуществляется на 1 этаже правого крыла здания гимназии-интерната.**

**Обучающиеся 10-11 классов проживают на 2 этаже правого крыла здания гимназии-интерната.**

**Понедельник – среда**

6.45	подъем, утренние процедуры
7.00 - 7.15	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
7.15 – 7.55	подготовка к рабочему дню, 1-ый завтрак, прогулка
8.00 - 8.40	1-й урок
8.50 - 9.30	2-й урок
9.30 - 9.50	дополнительный завтрак
9.50 - 10.30	3-й урок
10.30 – 10.45	«тропа здоровья»
10.45 - 11.25	4-й урок
11.35 - 12.15	5-й урок
12.25 - 13.05	6-й урок, «тропа здоровья»
13.05 – 13.25	обед 1 смена
13-15-13-55	7-ой урок
13.55 – 14.20	«тропа здоровья»
14.05 – 17.05	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 6 уроках в день, 8-й урок
14-50 -17-05	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 7 уроках в день
17.05 - 17.20	«тропа здоровья», полдник
17.20 - 19.20	обязательное время для выполнения заданий по предметам
19.20 – 19-35	Ужин
19.35 – 21.30	прогулка, личное время
21.30 - 22-00	подготовка ко сну
22.00	Отбой

**Четверг**

6.45	подъем, утренние процедуры
7.00-7.15	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
7.15 – 7.55	подготовка к рабочему дню, 1-ый завтрак, прогулка
8.00 - 8.40	1-й урок
8.50 - 9.30	2-й урок
9.30 - 9.50	дополнительный завтрак
9.50 - 10.30	3-й урок
10.30 – 10.45	«тропа здоровья»
10.30 - 11.25	4-й урок
11.35 - 12.15	5-й урок
12.25 - 13.05	6-й урок, «тропа здоровья»
13.05 – 13.25	обед 1 смена
13-15-13-55	7-ой урок
13.55 – 14.20	«тропа здоровья»
14.05 – 16.15	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 6 уроках в день, 8-й урок
14.50 -16.15	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 7 уроках в день
16.15 – 17.05	общешкольные мероприятия

17.05 - 17.20	Полдник
17.20 - 19.20	обязательное время для выполнения заданий по предметам (7-9кл.)
19.20 – 19.35	Ужин
19.35 – 21.30	прогулка, личное время
21.30 - 22-00	подготовка ко сну
22.00	Отбой

### Пятница

6.45	подъем, утренние процедуры
7.00-7.15	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
7.15 – 7.55	подготовка к рабочему дню, 1-ый завтрак, прогулка
8.00 - 8.40	1-й урок
8.50 - 9.30	2-й урок
9.30 - 9.50	дополнительный завтрак
9.50 - 10.30	3-й урок
10.30 – 10.45	«тропа здоровья»
10.45 - 11.25	4-й урок
11.35 - 12.15	5-й урок
12.25 - 13.05	6-й урок, «тропа здоровья»
13.05 – 13.25	обед 1 смена
13-15-13-55	7-ой урок
13.55 – 14.20	«тропа здоровья»
14.05 – 16.15	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 6 уроках в день
14-50 -16.15	время внеурочной деятельности, дополнительного образования при 7 уроках в день
17.05 - 17.20	Полдник
17.20 - 19.20	время дополнительного образования
19.20 – 19.35	Ужин
19.35– 21.30	прогулка, личное время
21.30 - 22-00	подготовка ко сну
22.00	Отбой

### Суббота

8.00	подъем, утренние процедуры
8.00-8.15	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
8.15 – 8.55	подготовка к рабочему дню, 1-ый завтрак, прогулка
9.00 – 12.20	время дополнительного образования
9.40-10.00	дополнительный завтрак
12.20-13.30	свободное время
13.30 – 14.00	обед
14.20 – 16.30	занятия по интересам, прогулки, работа по плану воспитателей
16.30 - 17.00	Полдник
17.00 - 19.15	занятия по интересам, прогулки, работа по плану воспитателей
19.15 – 19.30	Ужин
19.30 – 21.30	прогулка, личное время
21.30 - 22-00	подготовка ко сну
22.00	Отбой

### Воскресенье

9-00	подъем, утренние процедуры
9.15-9.30	утренняя гимнастика, пребывание на свежем воздухе
9.30 – 10.00	Завтрак
10.00 – 13.00	занятия по интересам, прогулки, работа по плану воспитателей
13.00 – 13.30	Прогулка
13.30 – 14.00	Обед
14.00 – 16.00	занятия по интересам, работа по плану воспитателя
16.00 – 16.15	Полдник
16.15 – 18.45	обязательное время для выполнения заданий по предметам (самоподготовка)

18.45 – 19-00	Ужин
19.00- 21.00	время дополнительного образования
21.00 – 22.00	личное время, подготовка ко сну
22.00	Отбой