

Утверждаю:

Директор ГБОУАО «Няндомская СКОШИ»

М.Г. Сидоровский

Режим дня для обучающихся 6-7 классов на 2024 – 2025 уч. год

7.30 – 7.45	-зарядка
7.45 – 8.10	-утренние процедуры, дежурство по спальне
8.10 – 8.25	-завтрак, подготовка к урокам
8.25 – 8.30	-передача детей учителям
8.30 – 9.10	-1-й урок
9.20 – 10.00	-2-й урок
10.20 – 11.00	-3-й урок
11.00 – 11.20	- полдник
11.20 – 12.00	-4-й урок
12.10 – 12.50	-5-й урок
13.00 – 13.40	-6-й урок,
13.40 – 13.55	- обед
13.55 – 14.35	- 7-й урок,
13.55 – 15.20	-прогулка, коррекционные занятия, музыкальные занятия, тренажерный зал
15.30 - 16.10	- воспитательное занятие – пн. - внеурочная деятельность (вт – «Экология и безопасность», ср.- «Моё здоровье» , чт – «Успех»)
16.10 - 16.15	- полдник
16.15 – 17.00	-самоподготовка
17.00 – 18.00	- занятия по интересам, библиотечный час, кружковые занятия, прогулка
18.00 – 18.05	-передача детей
17.00 – 18.45	-тренажерный зал, спортивные секции, прогулка
18.45 – 19.00	-ужин
19.00 – 19.45	-самообслуживающий труд
19.45 – 20.15	-занятия по интересам, КТД, просмотр телепередач, спортивные мероприятия
20.15 – 20.45	-домашнее чтение
20.45 – 20.55	-полуночник
20.55 – 21.30	-подготовка ко сну
21.30	- отбой

