

**Типовой режим дня
на 2024 / 2025 учебный год**

ПН		ВТ-ПТ	
Время	Режим	Время	Режим
07.00	Подъём	07.00	Подъём
07.05-07.15	Зарядка	07.05-07.15	Зарядка
07.15-07.30	Уборка спален, утренний туалет	07.15-07.30	Уборка спален, утренний туалет
07.30	Завтрак	07.30	Завтрак
07.50	Подъём флага	08.00-08.40	1-й урок
08.00-08.40	Классный час «Разговор о важном»	08.50-09.30	2-й урок
08.50-09.30	1-й урок	09.40-10.20	3-й урок
09.40-10.20	2-й урок	10.30-11.10	4-й урок
10.30-11.10	3-й урок	11.10	Второй завтрак
11.10	Второй завтрак	11.40 -12.20	5-й урок
11.40 -12.20	4-й урок	12.30 -13.10	6-й урок
12.30 -13.10	5-й урок	13.20 -14.00	7-й урок
13.20 -14.00	6-й урок	14.10	Обед
14.10	Обед	14.30	Дневной сон
14.30	Дневной сон	14.30	Внеуроч. деятельность
с 13.10 до 16.00	Внеурочная деятельность	16.00	Полдник
16.00	Полдник	16.15-17.00	Внеуроч.деятельность
16.15-17.00	Внеуроч.деятельность	17.00	Самоподготовка
17.00	Самоподготовка	18.00	Самоподготовка / Прогулка/Вн. деят.
18.00	Самоподготовка / Прогулка/Вн. деят.	19.00	Ужин
19.00	Ужин	19.30	Свободное время / Прогулка / Уход за одеждой/ Вечерний туалет
19.30	Свободное время / Прогулка / Уход за одеждой/ Вечерний туалет	21.00	Отбой для 1 доп., 1 – 5 классов
21.00	Отбой для 1 доп., 1 – 5 классов	22.00	Отбой для 7 – 9 классов
22.00	Отбой для 7 – 9 классов		