



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ
школы-интерната № 115
Т.Ю. Томенко

1.09.17г.

	ВРЕМЯ	КЛАССЫ
Подъём	7.00	1-9
Зарядка	7.05-7.20	1-9
Утренний туалет	7.20-7.40	1-9
Завтрак	7.40-8.00	1-9
Утренняя прогулка	8.00 – 8.30	1-9
Учебные занятия	8.30-12.55	1-4
	8.30-14.35	5-11
Прогулка	12.55-13.30	1-4
	13.45-14.30	5-7
Обед	13.30- 14.00	1-4
	14.35- 15.00	5-11
Дневной сон	14.00-15.30	1-4
Полдник	15.30 -16.00	1-4
	16.00-16.15	5-9
Прогулка, общественно полезный труд на воздухе	14.30-16.00	5-9
Самоподготовка	16.00-17.00	1-4
	16.00-18.00	5-9
Внеклассные занятия, прогулка, свободное время	17.00-19.00	1-4
	18.00-19.30	5-9
Ужин	19.00-19.30	1-4
	19.30-20.00	5-9
Свободное время, прогулка, вечерний туалет	19.30-20.30	1-4
	20.00-22.00	5-9
Сон	20.30-7.00	1-4
	22.00-7.00	5-9

После 3 урока проводится динамическая пауза на воздухе 30 минут.