

## РЕЖИМ ДНЯ

### 1 дополнительный - 4 классы

ВРЕМЯ	СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
07.00.- 08.15.	Подъем
07.00. – 07.20.	Утренний туалет
07.20. - 07.35.	Завтрак
07.35. - 08.05.	Подготовка к учебным занятиям
08.15. - 13.15.	Учебные занятия
13.25. – 13.45.	Обед
13.50. - 15.00.	Тихий час
15.15. - 16.30.	Логопедические занятия. Прогулка, спортивный час.
16.40. - 16.50.	Полдник
17.00. - 18.30.	Самоподготовка
18.30. - 19.00.	Внеклассное занятие
19.00. - 19.20.	Ужин
19.20. - 20.00.	Вечерняя прогулка.
20.00. -20.30.	Настольные игры. Свободное время — занятия по интересам.
20.30. - 20.55.	Вечерний туалет. Подготовка ко сну
21.00 – 07.00.	Сон

## РЕЖИМ ДНЯ

### 5 – 9 классы

ВРЕМЯ	СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
-------	-------------------------

07.00.- 08.15.	Подъем
07.00. - 07.45.	Подготовка к учебным занятиям
07.50 - 08.05.	Завтрак
08.15. – 14.00.	Учебные занятия
14.05 – 14.20.	Обед
15.00. - 16.30.	Логопедические занятия. Кружковые занятия.
16.15. - 16.25.	Полдник
16.30. - 17.00.	Внеклассное занятие
17.00. - 19.00.	Самоподготовка
19.40. – 20.00.	Ужин
20.00. -20.30.	Настольные игры. Свободное время — занятия по интересам.
20.00. - 20.30.	Вечерняя прогулка.
20.30. - 20.55.	Вечерний туалет. Подготовка ко сну
21.00 – 07.00.	Сон