



РЕЖИМ ДНЯ

ГКОУ КК специальной (коррекционной) школы-интерната ст-цы Тенгинской для обучающихся 1 – 10 классов (суббота, воскресенье) на 2023-2024 учебный год

Время	Режимные моменты
7.00	Подъём.
7.00 – 7.10	Термометрия.
7.10 – 7.20	Зарядка.
7.20 – 7.40	Утренний туалет.
7.40 – 8.10	Генеральная уборка спален.
8.10 – 8.30	Прогулка.
8.30 – 8.45	Завтрак.
8.45 – 9.00	Прогулка.
9.00 – 9.30	Трудовой час (5-10 кл.).
9.00 – 9.30	Занятия по интересам (1-4 кл.).
9.30 – 10.35	Тимуровская работа. Работа группы выходного дня «Непоседы».
10.35 – 10.50	II Завтрак
10.50 – 11.30	Мероприятия в группах (часы здоровья, подвижные игры).
11.30 – 12.30	Творческая работа.
12.30 – 12.45	Обед.
12.45 – 13.00	Прогулка.
13.00 – 14.00	Тихий час (1-3 кл.).
13.00 – 13.30	Просмотр телепередач (4-10).
13.30 – 14.00	Спортивный час (4-10).
14.00 – 15.30	Тимуровская работа. Работа клуба выходного дня «Непоседы».
15.30 – 16.30	Творческая работа.
16.30 – 16.45	Полдник.
16.45 – 17.00	Прогулка.
17.00 – 17.40	Бытовой час.
17.40 – 18.20	Мероприятия в группах (внеклассные занятия).
18.20 – 19.00	Просмотр телепередач.
19.00 – 19.15	Прогулка.
19.15 – 19.30	Ужин.
19.30 – 19.45	Прогулка.
19.45 – 19.55	2 ужин.
19.55 – 20.15	Вечерний туалет (1-4). Уход за одеждой (5-10)
20.15 – 20.20	Термометрия (1-4).
20.20 – 20.30	Подготовка ко сну (1-4).
20.30	Сон (1-4).
20.15 – 20.45	Вечерний туалет (5-10).
20.45 – 20.50	Термометрия.
20.50 – 21.00	Подготовка ко сну.
21.00	Сон.