

УТВЕРЖДАЮ:



Директор  
ГКОУ «Зугрэсская СШИ № 31»

Т.А. Белоус

**РЕЖИМ ДНЯ**

**ГОСУДАРСТВЕННОГО КАЗЁННОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
«ЗУГРЭССКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 31»**

**НА 2024 - 2025 УЧЕБНЫЙ ГОД (1; 2, 3; 5-9 классы; группа выходного дня)**

Классы Время	1 класс	Классы Время	2, 3 классы
7.00	Подъём	7.00	Подъём
7.00 - 7.10	Утренняя зарядка.	7.00 - 7.10	Утренняя зарядка.
7.10 - 7.50	Утренний туалет, уборка спален.	7.10 - 7.50	Утренний туалет, уборка спален.
7.50 - 8.20	Завтрак.	7.50 - 8.20	Завтрак.
8.20 - 8.30	Подготовка к урокам.	8.20 - 8.30	Подготовка к урокам.
8.30 – 9.05	1 урок	8.30 – 9.10	1 урок
9.25 – 10.00	2 урок	9.25 – 10.05	2 урок
10.00 - 10.30	Второй завтрак	10.10 - 10.30	Второй завтрак
10.30 - 11.05	3 урок	10.30 - 11.10	3 урок
11.25 - 12.00	4 урок	11.25 - 12.05	4 урок
12.10 - 12.45	Коррекционно-развивающие занятия.	12.20 - 13.05	5 урок Коррекционные занятия
12.45 - 13.30	Прогулка.	13.05 - 13.30	Прогулка
13.30 - 14.00	Обед	13.30 - 14.00	Обед

14.00 -15.0	Дневной отдых.	14.00 -15.0	Дневной отдых.
15.00 – 16.00	Прогулка.	15.00 -16.00	Коррекционно-развивающие занятия. Кружки. Прогулка.
16.00-16.15	Полдник.	16.00-16.15	Полдник.
16.30-17.00	Воспитательский час	16.30–17.00	Воспитательский час.
17.00–18.30	Коррекционные занятия, ЛФК, кружки, прогулка.	17.00-18.00	Самоподготовка.
		18.00-18.30	Прогулка.
18.30-19.00	Ужин.	18.30-19.00	Ужин.
19.00-20.30	Свободное время. (прогулка, игры, ТВ)	19.00-20.30	Свободное время. (прогулка, игры, ТВ)
20.30-21.00	Подготовка ко сну. Вечерний туалет.	20.30-21.00	Подготовка ко сну. Вечерний туалет.
21.00-07.00	Ночной сон	21.00-07.00	Ночной сон

Классы	5 – 9
Время	
7.00	Подъём
7.00 -7.10	Утренняя зарядка.
7.10 -7.50	Утренний туалет, уборка спален и бытовых комнат.
7.50 - 8.10	Завтрак.
8.10 - 8.25	Прогулка.
8.30 – 9.15	1 урок
9.25 – 10.10	2 урок
10.20-11.05	3 урок
11.05 -11.35	Второй завтрак
11.35-12.20	4 урок
12.30 -13.15	5 урок

13.25-14.10	6 урок
14.10 -14.40	Обед
14.40 -16.25	Коррекционно-развивающие занятия. Кружки. Прогулка.
16.25-16.40	Полдник.
16.40–17.00	Воспитательский час.
17.00-18.30,19.00	Самоподготовка.
18.30-19.00	Прогулка. Кружки.
19.00-19.30	Ужин.
19.30-20.30	Свободное время.
20.30-21.30	Вечерний туалет. Уборка спален и бытовых комнат.
21.30-07.00	Ночной сон

Группа Время	Группа выходного дня (начальные классы)	Группа Время	Группа выходного дня (5-9 классы)
7.00	Подъём	7.00	Подъём
7.10 -7.20	Утренняя зарядка.	7.10 -7.20	Утренняя зарядка.
7.20 -8.20	Утренний туалет, уборка спален и бытовых комнат.	7.20 -8.20	Утренний туалет, уборка спален и бытовых комнат.
8.30 - 9.00	Завтрак.	8.30 - 9.00	Завтрак.
9.00 - 11.00	Прогулка, просмотр телепередач, свободное время	9.00 - 11.00	Прогулка, просмотр телепередач, свободное время
11.00 – 12.00	Воспитательский час	11.00 – 12.00	Воспитательский час
12.00 – 13.00	Спортивный час	12.00 – 13.00	Спортивный час
13.00-13.30	Обед	13.00-13.30	Обед

14.00 – 16.00	Тихий час.	14.00– 16.00	Свободное время, чтение художественной литературы
16.10-16.40	Полдник	16.10-16.40	Полдник
16.40 – 18.30	Прогулка	16.40 – 18.30	Прогулка
19.00 – 19.30	Ужин	19.00 – 19.30	Ужин
19.30 – 20.30	Свободная игра, самостоятельная деятельность, чтение  художественной литературы.	19.30 – 21.00	Свободная игра, самостоятельная деятельность, чтение  художественной литературы.
20.30 – 21.00	Подготовка ко сну. Вечерний туалет	21.00-21.30	Подготовка ко сну. Вечерний туалет
21.00-07.00	Ночной сон	21.30-07.00	Ночной сон