

**Режим рабочего дня обучающихся, воспитанников
на 2018-2019 учебный год
(понедельник-пятница)**

школьники		деятельность	дошкольники	деятельность
I- IVкл	V-XIкл			
7.00		Подъем	7.30	Подъем
7.05 – 7.20		Уборка спален. Утренний туалет	7.30-7.50	Утренний туалет.
7.20 – 7.50		Зарядка	7.50-8.00	Зарядка.
7.50 – 8.10		Завтрак	8.00 – 8.30	Завтрак
8.15-12.35 (13.35)	8.15-13.35 (14.35)	Учебные занятия	8.30- 10.00	Непосредственно образовательная деятельность.
9.45– 10.05	10.45-11.05	II завтрак	10.00-10.30	II завтрак
10.45-11.05	12.35-12.55	Прогулка	10.30-11.00	НОД
12.35–12.55	13.35-13.55	Обед	11.00-12.50	Прогулка, подвижные игры на улице.
			13.00-13.20	Обед
12.40-14.50	13.50-14.50	Дневная прогулка	13.30-15.30	Дневной сон
15.00-15.40	15.00-15.40	Внеклассное занятие, спортивные занятия. Работа кружков.	15.30-16.00	Полдник
15.40 – 16.00		Полдник	16.00-17.00	Специально организованная деятельность.
16.00-17.30 (18.00)	16.00-18.00 (19.00)	Самоподготовка	-	-
17.30-19.00	18.00-20.40	Занятие, игры. Работа кружков. Производительный труд. Вечерняя прогулка.	17.00- 18.50	Вечерняя прогулка.
19.00-19.30		Ужин.	19.00 – 19.30	Ужин.
19.30-20.00		Вечерняя прогулка.	19.30- 20.10	Самостоятельная игровая деятельность.
20.00-20.20	20.40-20.50	II ужин	20.10-20.30	II ужин
20.30-21.00	21.00-22.00	Свободное время, вечерний туалет, уход за одеждой	20.30 -21.00	Вечерний туалет
21.00-7.00	22.00-7.00	Сон	21.00-7.30	Сон