УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГКОУ школа – интернат №1 г. Оренбурга

Н.А. Трунова

30.08. 2024 года

**Режим дня**

**ГКОУ школа-интернат №1 г. Оренбурга на 2024-2025 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 07.30 - 07.45 | подъём, утренняя зарядка | | |
| 07.45 – 08.00 | уборка спален | | |
| 08.00-08.30 | завтрак | | |
| 08.30 – 09.00 | прогулка, подготовка к занятиям | | |
| **Начальная школа, 1-5 класс** | | **Основная школа, 5-10 класс** | |
| 9.00-9.40 | 1 урок | 9.00-9.40 | 1 урок |
| 09.50-10.30 | 2 урок | 09.50-10.30 | 2 урок |
| 10.40-11.20 | 3 урок | 10.40-11.20 | 3 урок |
| 11.25-11.40 | II завтрак | 11.20-11.40 | II завтрак |
| 11.40-12.20 | 4 урок | 11.40-12.20 | 4 урок |
| 12.20-12.40 | прогулка | 12.30-13.10 | 5 урок |
| 12.40-13.20 | Внеурочная деятельность | 13.20-14.00 | 6 урок |
| 12.30-13.10 | 5 урок | 14.00-14.40 | Обед/Динамическая пауза |
| 13.20-14.00 | Обед /прогулка | 14.40-15.20 | 7 урок (Внеурочная деятельность) |
| 14.00-14.40 | Внеурочная деятельность | 15.30-16.10 | 8 урок (Внеурочная деятельность) |
| 14.00-15.40 | тихий час, начальные классы |  |  |
| 14.50-15.25 | Внеурочная деятельность/прогулка | | |
| 15.30-16.00 | Внеурочная деятельность | | |
| 14.50-16.00 | прогулка начальной и старшей школы | | |
| 16.00-16.30 | полдник | | |
| 16.40 -18.00 | самоподготовка | | |
| 18.00 -19.00 | прогулка, спортивный час | | |
| 19.00-19.30 | ужин | | |
| 19.30 -20.00 | прогулка | | |
| 20.00-20.30 | второй ужин | | |
| 20.30-21.00 | подготовка ко сну, отбой | | |

**Понедельник**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 07.30 - 07.45 | подъём, утренняя зарядка | | |
| 07.45 – 08.00 | уборка спален | | |
| 08.00-08.30 | завтрак | | |
| 08.30 – 09.00 | прогулка, подготовка к занятиям | | |
| **Начальная школа, 1-5 класс** | | **Основная школа, 5-10 класс** | |
| 9.00-9.40 | Разговоры о важном. Поднятие флага | 9.00-9.40 | Разговоры о важном. Поднятие флага |
| 09.50-10.30 | 1 урок | 09.50-10.30 | 1 урок |
| 10.40-11.20 | 2 урок | 10.40-11.20 | 2 урок |
| 11.25-11.40 | II завтрак | 11.20-11.40 | II завтрак |
| 11.40-12.20 | 3 урок | 11.40-12.20 | 3 урок |
| 12.20-12.50 | прогулка | 12.30-13.10 | 4 урок |
| 12.50-13.30 | Внеурочная деятельность | 13.20-14.00 | 5 урок |
| 12.30-13.10 | 4 урок | 14.00-14.40 | Обед/Динамическая пауза |
| 13.20-14.00 | Обед/прогулка | 14.40-15.20 | 6 урок |
| 14.00-14.40 | Внеурочная деятельность | 15.30-16.10 | 7 урок (Внеурочная деятельность) |
| 14.00-15.40 | тихий час, начальные классы |  |  |
| 14.50-15.25 | Внеурочная деятельность/прогулка | | |
| 15.30-16.00 | Внеурочная деятельность | | |
| 14.50-16.00 | прогулка начальной и старшей школы | | |
| 16.00-16.30 | полдник | | |
| 16.40 -18.00 | самоподготовка | | |
| 18.00 -19.00 | прогулка, спортивный час | | |
| 19.00-19.30 | ужин | | |
| 19.30 -20.00 | прогулка | | |
| 20.00-20.30 | второй ужин | | |
| 20.30-21.00 | подготовка ко сну, отбой | | |

**Расписание звонков**

**ГКОУ школа-интернат №1 г. Оренбурга на 2024-2025 учебный год**

|  |  |
| --- | --- |
| 9.00-9.40 | 1 урок |
| 09.50-10.30 | 2 урок |
| 10.40-11.20 | 3 урок |
| 11.20-11.40 | II завтрак |
| 11.40-12.20 | 4 урок |
| 12.30-13.10 | 5 урок |
| 13.20-14.00 | 6 урок |
| 14.00-14.40 | Обед/Динамическая  пауза |
| 14.40-15.20 | 7 урок |
| 15.30-16.10 | 8 урок |