**Утверждаю**

 **директор ГБОУ РО «КШИСП»**

**\_\_\_\_\_\_ Л.П. Деревянченко**

**«2» ­­­сентября 2023 г.**

**РЕЖИМ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**6 класса**

**на 2023-2024 учебный год**

**государственного бюджетного общеобразовательного учреждения**

**Ростовской области**

**«Красносулинская школа – интернат спортивного профиля»**

6.30 подъем

6.30 – 6.45 термометрия, личная гигиена

6.45 - 7.00 первый завтрак

7.00 - 7.15 подготовка к учебно – тренировочным занятиям

7.15 – 10.45 тренировка

10.45-11.00 второй завтрак

11.00-11.30 подготовка к учебным занятиям

11.30- 12.10 1 урок

12.20- 13.00 2 урок

13.00-13.20 обед

13.20- 14.00 3 урок

14.10- 14.50 4 урок

15.00-15.40 5 урок

15.50- 16.30 6 урок

16.40 -17.20 7 урок

17.20 -17.40 ужин

17.40 - 18.50 внеурочная деятельность

18.50 – 19.20 прогулка

19.20 - 20.40 самоподготовка

20.40 - 20.50 второй ужин

20.50 – 21.35 занятия в секциях

21.35– 22.00 личная гигиена, подготовка ко сну.

 22.00 отбой

**Утверждаю**

**и. о. директора ГБОУ РО «КШИСП»**

**\_\_\_\_\_\_ Н.Б. Стрельникова**

**«7» ­­­ноября 2023 г.**

**РЕЖИМ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**6 класса**

**на 2023-2024 учебный год**

**государственного бюджетного общеобразовательного учреждения**

**Ростовской области**

**«Красносулинская школа – интернат спортивного профиля»**

7.00 подъем

7.00 – 7.15 термометрия, личная гигиена

7.15 - 7.35 первый завтрак

7.35 – 8.00 подготовка к учебно – тренировочным занятиям

8.00 – 10.00 тренировка

10.15-10.30 второй завтрак

10.30-11.15 гигиенические процедуры

11.15-11.30 подготовка к учебным занятиям

11.30- 12.10 1 урок

12.20- 13.00 2 урок

13.00-13.20 обед

13.20- 14.00 3 урок

14.10- 14.50 4 урок

15.00-15.40 5 урок

15.50- 16.30 6 урок

16.40 -17.20 7 урок

17.20 -17.40 ужин

17.40 - 18.50 внеурочная деятельность

18.50 – 19.20 прогулка

19.20 - 20.40 самоподготовка

20.40 - 20.50 второй ужин

20.50 – 21.35 занятия в секциях

21.35– 22.00 личная гигиена, подготовка ко сну.

 22.00 отбой