



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ Республики Марий Эл
«Косолаповская школа – интернат»:

Е. А.Малинкина

« 31 » 2026 г.

РЕЖИМ ДНЯ
воспитанников ГБОУ Республики Марий Эл
«Косолаповская школа – интернат» (3 класс).

7.00.-7.15.	Подъем. Зарядка
7.15. – 7.40.	Утренний туалет
7.40. – 8.00.	Подготовка к школе.
8.00.- 8.20.	Завтрак .
8.30 – 8.55	Внеклассные мероприятия
9.00. – 13.30	Учебные занятия
13.30-14.00	Обед
14.30.- 15.30.	Дневной сон
16.10. – 16.25.	Полдник
16.25-16.50	Пребывание на свежем воздухе
17.00.-18.20.	Самоподготовка
18.30.-18.50.	Ужин
18.50-19.20	Прогулка на свежем воздухе
19.20.- 19.40.	Уход за одеждой, вечерний туалет
19.40-19.55	Подготовка ко сну.
20.00.-7.00.	Сон

Замдиректора по воспитательной работе /С.Н.Малинкина/