

**Режим и график работы
ГБОУ РК «Алупкинская санаторная школа-интернат»
в 2025-2026 учебном году**

Режим дня, обеспечивающий научно обоснованное сочетание обучения, труда и отдыха, разрабатывается ГБОУ РК «Алупкинская санаторная школа-интернат» с учетом круглосуточного пребывания воспитанников, нуждающихся в лечении и реабилитации. Лечебно-реабилитационный процесс осуществляется в соответствии с требованиями и рекомендациями, установленными Министерством здравоохранения Российской Федерации и Министерством здравоохранения Республики Крым.

Обучение осуществляется в одну смену. Продолжительность учебной рабочей недели: 5-ти дневная рабочая неделя в 1-11 классах.

Расписание звонков

2–4-е классы

Понедельник		
Урок	Расписание звонков	Продолжительность перемены
1 урок	9.30-10.10	10 минут
2 урок	10.20- 11.00	20 минут
3 урок	11.20-12.00	20 минут
4 урок	12.20-13.00	10 минут
5 урок	13.10- 13.50	
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 30 минут		
Внеурочная деятельность	С 14:20	

Вторник-пятница

1-е классы

Образовательная деятельность	Сентябрь–октябрь	Ноябрь–декабрь	Январь–май
1-й урок	9:00–9:35	9:00–9:35	9:00–9:40
1-я перемена	9:35–9:45	9:35–9:45	9:40–9:50
2-й урок	9:45–10:20	9:45–10:20	9:50–10:30
Динамическая пауза	10:20–11:00	10:20–11:00	10:30–11:10
3-й урок	11:00–11:35	11:00–11:35	11:10–11:50
3-я перемена	—	11:35–11:45	11:50–12:00
4-й урок	—	11:45–12:20	12:00–12:40
4-я перемена	—	12:20–12:30	12:40–12:50

5-й урок	–	–	–
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности	55 минут	30 минут	40 минут
Внеурочная деятельность	С 12:30	С 13:00	С 13:30

2–4-е классы

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	9:00–9:40	10 минут
2-й	9:50–10:30	20 минут
3-й	10:50–11:30	20 минут
4-й	11:50–12:30	10 минут
5-й	12:40–13:20	
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 30 минут		
Внеурочная деятельность	С 13:50	–

Расписание звонков 5-9 классы

Понедельник

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	9.30-10.10	10 минут
2-й	10.20- 11.00	20 минут
3-й	11.20-12.00	20 минут
4-й	12.20-13.00	10 минут
5-й	13.10- 13.50	15 минут
6-й	14:05–14:45	15 минут
7-й	15:00–15:40	–
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 30 минут		
Внеурочная деятельность	С 16:10	–

Вторник-пятница

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	8:30–9:10	10 минут
2-й	9:20–10:00	20 минут

3-й	10:20–11:00	20 минут
4-й	11:20–12:00	10 минут
5-й	12:10–12:50	15 минут
6-й	13:05–13:45	15 минут
7-й	14:00–14:40	–
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 30 минут		
Внеурочная деятельность	С 15:10	–

**Расписание звонков
10-11 классы**

Понедельник

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	9.30-10.10	10 минут
2-й	10.20- 11.00	20 минут
3-й	11.20-12.00	20 минут
4-й	12.20-13.00	10 минут
5-й	13.10- 13.50	15 минут
6-й	14:05–14:45	15 минут
7-й	15:00–15:40	–
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 30 минут		
Внеурочная деятельность	С 16:10	–

Вторник-пятница

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	8:30–9:10	10 минут
2-й	9:20–10:00	20 минут
3-й	10:20–11:00	20 минут
4-й	11:20–12:00	10 минут
5-й	12:10–12:50	15 минут
6-й	13:05–13:45	15 минут
7-й	14:00–14:40	–
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 30 минут		
Внеурочная деятельность	С 15:10	–

Режим дня для обучающихся 1 классов(понедельник)

Начало	Окончание	Режимные моменты
---------------	------------------	-------------------------

7.00	7.15	Подъём
7.15	7.30	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.30	8.10	Утренний туалет, медицинские процедуры
8.10	8.25	Линейка
8.30	9.00	Разговоры о важном
9.00	9.20	Завтрак
9.30	10.55	Учебные занятия
11.00	11.20	Второй завтрак
11.35	13.00	Учебные занятия
13.00	13.30	Обед
14.00	16.30	Внеурочная деятельность, клинический час.
16.30	16.45	Полдник
17.00	19.00	Совместная деятельность
19.00	19.30	Ужин
18.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану
20.30	20.40	Второй ужин
20.40	20.55	Подготовка к следующему дню, вечерний туалет
21.00	7.00	Отбой. Сон.

Режим дня для обучающихся 1 классов ((вторник-пятница)

Начало	Окончание	Режимные моменты
7.00	7.15	Подъём
7.20	7.40	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.40	8.25	Утренний туалет, медицинские процедуры
8.30	8.50	Завтрак
9.00	10.25	Учебные занятия
11.40	11.55	Второй завтрак
10.50	13.30	Учебные занятия
13.35	14.00	Обед
14.00	16.30	Внеурочная деятельность, клинический час.
16.30	16.45	Полдник
17.00	18.45	Совместная деятельность
18.45	19.00	Ужин
18.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану
20.30	20.40	Второй ужин
20.40	20.55	Подготовка к следующему дню, вечерний туалет
21.00	7.00	Отбой. Сон.

Режим на выходные дни (суббота, воскресенье)

Время	Режимные моменты
08.00-08.15	Подъем, утренний туалет
08.15-08.45	Утренняя гигиеническая гимнастика, обмен постельного белья (в субботу)
09.00-09.20	Первый завтрак
09.20-10.00	Уборка спален
10.00-11.00	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
11.00-11.20	Второй завтрак
11.20-13.40	Посещение библиотеки, занятия в объединениях дополнительного образования

13.40-14.00	Личное время, подготовка к обеду (дежурство)
14.00-14.30	Обед
14.30-15.30	Клинический час (в субботу баня)
15.30-16.30	Занятия по интересам, занятия в объединениях дополнительного образования
16.30-16.45	Полдник
16.45-18.10	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
18.10-19.00	Воспитательное мероприятие
19.00-19.30	Ужин
19.30-20.30	Вечерняя прогулка
20.30-20.40	Второй ужин
20.40-21.00	Личное время, подготовка к учебному дню, вечерний туалет
21.00	Отбой воспитанников 1 класса

Режим дня для обучающихся 2-4 классов(понедельник)

Начало	Окончание	Режимные моменты
7.00	7.15	Подъем
7.15	7.30	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.30	8.10	Утренний туалет, медицинские процедуры
8.10	8.25	Линейка
8.30	9.00	Разговоры о важном
9.00	9.30	Завтрак
9.30	10.00	Учебные занятия
11.00	11.20	Второй завтрак
11.20	14.00	Учебные занятия
14.00	14.30	Обед
14.05	16.30	Внеурочная деятельность, клинический час.
16.30	16.45	Полдник
17.00	19.00	Самоподготовка
19.00	19.30	Ужин
18.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану
20.30	20.40	Второй ужин
20.40	20.55	Подготовка к следующему дню, вечерний туалет
21.00	7.00	Отбой. Сон.

Режим дня для обучающихся 2–4 классов(вторник-пятница)

Начало	Окончание	Режимные моменты
7.00	7.15	Подъем
7.20	7.40	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.40	8.25	Утренний туалет, медицинские процедуры
8.20	8.50	Завтрак
09.00	10.40	Учебные занятия
10.30	10.50	Второй завтрак
11.00	13.20	Учебные занятия
13.30	14.00	Обед
14.20	16.30	Внеурочная деятельность, клинический час.

16.30	16.45	Полдник
17.00	19.00	Самоподготовка
19.00	19.30	Ужин
19.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану, кружки
20.30	20.40	Второй ужин
20.30	20. 55	Подготовка к следующему дню, вечерний туалет
21.00	7.00	Отбой. Сон.

Режим в выходные дни (суббота, воскресенье)

08.00-08.15	Подъем, утренний туалет
08.15-08.45	Утренняя гигиеническая гимнастика, обмен постельного белья (в субботу)
09.00-09.20	Первый завтрак
09.30-10.00	Уборка спален
10.00-11.00	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
11.00-11.20	Второй завтрак
11.10-13.40	Посещение библиотеки, занятия в объединениях дополнительного образования
13.40-14.00	Личное время, подготовка к обеду (дежурство)
14.00-14.30	Обед
14.30-15.30	Клинический час (в субботу баня)
15.30-16.30	Занятия по интересам, занятия в объединениях дополнительного образования
16.30-16.45	Полдник
16.45-18.10	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
18.10-19.00	Воспитательное мероприятие
19.00-19.30	Ужин
19.30-20.30	Вечерняя прогулка
20.30-20.40	Второй ужин
20.40-21.00	Личное время, подготовка к учебному дню, вечерний туалет
21.00	Отбой воспитанников 2-4 классы.

Режим дня для обучающихся 5 классов(понедельник)

Начало	Окончание	Режимные моменты
7.00	7.15	Подъём
7.15	7.30	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.30	7.50	Утренний туалет, медицинские процедуры
7.50	8.10	Завтрак
8.10	8.25	Линейка
8.30	9.00	Разговоры о важном
9.30	12.00	Учебные занятия
12.00	12.20	Второй завтрак
12.10	15.00	Учебные занятия

15.00	15.30	Обед
14.50	16.30	Внеурочная деятельность, клинический час.
16.30	16.45	Полдник
16.45	19.00	Самоподготовка
19.00	19.30	Ужин
18.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану
20.30	20.40	Второй ужин
20.40	20.55	Подготовка к следующему дню, вечерний туалет
21.00	7.00	Отбой. Сон.

Режим для обучающихся 5 класса (вторник -пятница)

Начало	Окончание	Режимные моменты
7.00	7.05	Подъём
7.05	7.20	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.20	7.50	Утренний туалет, медицинские процедуры
7.50	8.20	Завтрак
8.20	09.40	Учебные занятия
09.45	09.55	Второй завтрак
11.00	14.10	Учебные занятия
14.45	15.15	Обед
15.15	16.40	Внеурочная деятельность, клинический час.
16.30	16.45	Полдник
17.00	19.00	Самоподготовка
19.00	19.30	Ужин
19.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану
20.30	20.40	2 ужин
20.40	21.30	Чтение, просмотр ТВ. Подготовка к следующему дню, вечерний туалет.
21.30	7.00	Отбой. Сон.

Режим на выходные дни (суббота, воскресенье)

08.00-08.15	Подъем, утренний туалет
08.15-08.45	Утренняя гигиеническая гимнастика, обмен постельного белья (в субботу)
09.00-09.20	Первый завтрак
09.20-10.00	Уборка спален
10.00-11.00	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
11.00-11.20	Второй завтрак
11.20-13.40	Посещение библиотеки, занятия в объединениях дополнительного образования
13.40-14.00	Личное время, подготовка к обеду (дежурство)
14.00-14.30	Обед

14.30-15.30	Клинический час (в субботу баня)
15.30-16.30	Занятия по интересам, занятия в объединениях дополнительного образования
16.30-16.45	Полдник
16.45-18.10	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
18.10-19.00	Воспитательное мероприятие
19.00-19.30	Ужин
19.30-20.30	Вечерняя прогулка
20.30-20.40	Второй ужин
20.40-21.00	Личное время, подготовка к учебному дню, вечерний туалет
21.30	Отбой воспитанников 5 класса

Режим дня для обучающихся 6-9 классов(понедельник)

Начало	Окончание	Режимные моменты
7.00	7.15	Подъём
7.15	7.30	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.30	7.50	Утренний туалет, медицинские процедуры
7.50	8.10	Завтрак
8.10	8.25	Линейка
8.30	9.00	Разговоры о важном
9.30	12.00	Учебные занятия
12.00	12.20	Второй завтрак
12.10	15.00	Учебные занятия
15.00	15.30	Обед
14.50	16.30	Внеурочная деятельность, клинический час.
16.30	16.45	Полдник
16.45	19.00	Самоподготовка
19.00	19.30	Ужин
18.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану
20.30	20.40	Второй ужин
20.40	20.55	Подготовка к следующему дню, вечерний туалет
21.00	7.00	Отбой. Сон.

Режим для обучающихся 6-9 классов (вторник -пятница)

Начало	Окончание	Режимные моменты
7.00	7.05	Подъём
7.05	7.20	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.20	7.50	Утренний туалет, медицинские процедуры
7.50	8.20	Завтрак
8.20	10.00	Учебные занятия
10.00	10.20	Второй завтрак

11.00	14.45	Учебные занятия
14.45	15.15	Обед
15.15	16.40	Внеурочная деятельность, клинический час.
16.30	16.45	Полдник
17.00	19.00	Самоподготовка
19.00	19.30	Ужин
19.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану
20.30	20.40	2 ужин
20.40	21.30	Чтение, просмотр ТВ. Подготовка к следующему дню, вечерний туалет.
21.30	7.00	Отбой. Сон.

Режим на выходные дни (суббота, воскресенье)

08.00-08.15	Подъем, утренний туалет
08.15-08.45	Утренняя гигиеническая гимнастика, обмен постельного белья (в субботу)
09.00-09.20	Первый завтрак
09.20-10.00	Уборка спален
10.00-11.00	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
11.00-11.20	Второй завтрак
11.20-13.40	Посещение библиотеки, занятия в объединениях дополнительного образования
13.40-14.00	Личное время, подготовка к обеду (дежурство)
14.00-14.30	Обед
14.30-15.30	Клинический час (в субботу баня)
15.30-16.30	Занятия по интересам, занятия в объединениях дополнительного образования
16.30-16.45	Полдник
16.45-18.10	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
18.10-19.00	Воспитательное мероприятие
19.00-19.30	Ужин
19.30-20.30	Вечерняя прогулка
20.30-20.40	Второй ужин
20.40-21.00	Личное время, подготовка к учебному дню, вечерний туалет
21.30	Отбой воспитанников 6-9 классов

Режим дня для обучающихся 10-11 классов (понедельник)

Начало	Окончание	Режимные моменты
7.00	7.15	Подъем
7.15	7.30	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.30	7.50	Утренний туалет, медицинские процедуры
7.50	8.10	Завтрак

8.10	8.25	Линейка
8.30	9.00	Разговоры о важном
9.30	12.00	Учебные занятия
12.00	12.20	Второй завтрак
12.10	15.00	Учебные занятия
15.00	14.30	Обед
14.50	16.30	Внеурочная деятельность, клинический час.
16.30	16.45	Полдник
16.45	19.00	Самоподготовка
19.00	19.30	Ужин
18.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану
20.30	20.40	Второй ужин
20.40	20.55	Подготовка к следующему дню, вечерний туалет
21.00	7.00	Отбой. Сон.

Режим для обучающихся 10-11 классов (вторник-пятница)

Начало	Окончание	Режимные моменты
7.00	7.05	Подъём
7.05	7.20	Утренняя гигиеническая гимнастика
7.20	7.50	Утренний туалет, медицинские процедуры
7.50	8.20	Завтрак
8.10	10.00	Учебные занятия
10.00	10.20	Второй завтрак
11.00	14.45	Учебные занятия
14.45	15.15	Обед
14.40	16.30	Внеурочная деятельность, клинический час.
16.30	16.45	Полдник
17.00	19.00	Самоподготовка
19.00	19.30	Ужин
19.30	20.30	Прогулка на свежем воздухе, работа по воспитательному плану
20.30	20.40	2 ужин
20.40	21.30	Чтение, просмотр ТВ. Подготовка к следующему дню, вечерний туалет.
21.30	7.00	Отбой. Сон.

Режим на выходные дни (суббота, воскресенье)

08.00-08.15	Подъем, утренний туалет
08.15-08.45	Утренняя гигиеническая гимнастика, обмен постельного белья (в субботу)
09.00-09.20	Первый завтрак
09.30-10.00	Уборка спален
10.00-11.00	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
11.00-11.20	Второй завтрак

11.10-13.40	Посещение библиотеки, занятия в объединениях дополнительного образования
13.40-14.00	Личное время, подготовка к обеду (дежурство)
14.00-14.30	Обед
14.30-15.30	Клинический час (в субботу баня)
15.30-16.30	Занятия по интересам, занятия в объединениях дополнительного образования
16.30-16.45	Полдник
16.45-18.10	Прогулка (подвижные, спортивные игры)
18.10-19.00	Воспитательное мероприятие
19.00-19.30	Ужин
19.30-20.30	Вечерняя прогулка
20.30-20.40	Второй ужин
20.40-21.00	Личное время, подготовка к учебному дню, вечерний туалет
21.30	Отбой воспитанников 10-11 классов

График работы библиотеки:

Понедельник, вторник, среда, четверг, пятница – с 14.00 – 17.00.

Суббота – с 10.00 – 13.00

Школа-интернат открыта для доступа в течение 6 дней в неделю с понедельника по субботу, выходным днем является воскресенье. В праздничные дни (установленные законодательством РФ) образовательное учреждение не работает. В каникулярные дни общий режим работы школы-интерната регламентируется приказом директора по ОУ, в котором устанавливается особый график работы.