

# Режим дня

<b>№</b>	<b>Элементы режима дня</b>	<b>Подъем</b>
1.	Подъем	6 : 00
2.	Заправка постелей, уборка спален, личная гигиена	6 : 00 – 6 : 30
3.	Гимнастика, утренняя зарядка	6 : 30 – 7:00
4.	Завтрак	7 : 00 – 7 : 30
5.	Учебные занятия в школе	8 : 00 – 13 : 25
6.	Обед	13 : 35 – 14 : 05
7.	Уборка комнат	14 : 05 – 14 : 20
8.	Отдых	14 : 20 – 15 : 00
9.	Самоподготовка	15 : 00 – 17 : 00
10.	Отдых	17 : 00 – 18 : 00
11.	Ужин	18 : 00 – 18 : 30
12.	Свободное время	18 : 30 – 20 : 00
13.	Вечерняя поверка	20 : 00 – 20 : 30
14.	Отбой	21 : 00
15.	Сон	21 : 00 – 6 : 00

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575945

Владелец Тагиров Надир Сабинович

Действителен с 27.02.2021 по 27.02.2022