

УТВЕРЖДАЮ _____
Директор ГБОУ СПО «КТС»
Н.Н.Черкасов
_____ 2013г.

**РЕЖИМ ДНЯ
ПРОЖИВАЮЩИХ В ОБЩЕЖИТИИ**

Время суток, ч.	Режим дня
7.00—7.05	Подъем, уборка постели
7.05—7.15	Утренняя гимнастика
7.15—7.35	Умывание, закаливающие процедуры
7.35—8.05	Завтрак
8.05—8.10	Уход на занятия
8.10-8.15	Линейка
Вторник;пятница	
8.15—12.30	Учебные занятия
12.30—13.00	Обед
13.00—15.30	Учебные занятия
15.35—16.30	Воспитательное мероприятие в общежитии
16.30—18.00	Занятия в спортивной секции или самостоятельные занятия спортом (3—5 р. в неделю)
18.00—19.30	Подготовка домашнего задания
19.30—20.00	Ужин
20.00—21.30	Свободное время

21.30–22.00	Подготовка ко сну
22.00-7.00	Сон

Возвращение в общежитие после 21:30 ЗАПРЕЩЕНО

С режимом дня ознакомлены: