Приложение № 1

Утверждено приказом Учебного центра

№ 520 от «28» декабря 2020

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Распорядок дня обучающихся** | | | | | |
| **№ п/п** | **Элементы распорядка дня** | **Дни недели**  **(понедельник- пятница)** | **Всего**  **мин, час** | **Дни недели**  **(суббота воскресенье и праздничные дни)** | **Всего**  **мин, час** |
| 1 | Подъем командиров взводов | 06:20 | - | 07:20 | - |
| 2 | Общий подъем | 06:30 | - | 07:30 | - |
| 3 | Утренняя физическая зарядка | 06:40 – 07:00 | 20 | - | |
| 4 | Уборка помещений, территории, утренний туалет | 07:00 – 08:00 | 01:00 | 07:40 – 08:30 | 50 |
| 5 | Завтрак | 08:00 – 08:20 | 20 | 08:30 – 09:00 | 30 |
| 6 | Подготовка к утреннему построению | 08:20 – 08:30 | 10 | 08:50 – 09:00 | 10 |
| 7 | Утренний осмотр, развод на занятия ,развод внутреннего наряда | 08:30 – 08:55 | 25 | 09:00 – 09:10 | 10 |
| 8 | Прибытие слушателей, проживающих вне Учебного центра | 08:30 | | | |
| 9 | Учебные занятия:  1-я пара  2-я пара  3-я пара  4-я пара | 09:00 – 10:30  10:45 – 12:15  12:30 – 14:00  14:30 – 16:00 | 90  90  90  90 | - | |
| 10 | Чистка одежды, обуви, умывание и построение на обед | 14:00 – 14:05 | 5 | 12:55 – 13:00 | 5 |
| 11 | Обед | 14:05 -14:30 | 25 | 13:00 – 13:30 | 30 |
| 12 | Индивидуальная работа со слушателями, хозяйственные работы | 15:00 – 17:00 \*  16:00 –17:00 | 02:00  01:00 | - | |
| 13 | Инструктаж внутреннего наряда | 16:10 – 16:20 | 10 | 16:10 –16:20 | 10 |
| 14 | Самоподготовка, консультации | 17:00 – 18:30 | 90 | - | |
| 15 | Чистка одежды, обуви, умывание и построение на ужин | 18:30 – 18:50 | 20 | 17:30 – 17:50 | 10 |
| 16 | Ужин | 18:50 – 19:20 | 30 | 17:50 – 18:10 | 20 |
| 17 | Личное время, просмотр телепередач | 14:30 – 15:00\*  19:20 – 21:40 | 30  02:00 | 09:10 – 12:55  13:30 - 17:40  18:20 – 22:40 | 03:40  04:10  04:20 |
| 18 | Вечерняя поверка | 21:40 – 21:50 | 10 | 22:40 – 22:50 | 10 |
| 19 | Туалет и подготовка ко сну | 21:50 – 22:30 | 40 | 22:50 – 23:30 | 40 |
| 20 | Отбой | 22:30 | - | 23:30  ( в субботу)  22:30  ( в воскресенье) | - |

**- Прием больных в здравпункте 08.30 – 08.50**

**\* если по расписанию занятий предусмотрено 3 учебные пары**