

Распорядок дня в СУНЦ НГУ

7.00	подъем, личная гигиена
7.25 - 7.45	зарядка*, влажная уборка**
7.35 - 8.10	завтрак
8.30 - 12.00	занятия
12.00 - 12.25	2-ой завтрак
12.30 - 14.10	занятия
14.15 - 15.10	обед
15.10 - 16.00	личное время
16.00 - 17.30	спецкурсы (факультативы)
17.30 - 17.55	полдник
18.00 - 19.30	спецкурсы (факультативы)
19.30 - 20.10	ужин
20.30 - 21.50	спецкурсы (факультативы)
21.50 - 22.10	2-ой ужин
22.10-22.30	подготовка ко сну
23.00	отбой

Примечания:

*Утренняя зарядка проводится на свежем воздухе. При температуре ниже - 20°С вместо зарядки проводится утренняя прогулка.

**В каждой жилой комнате остается 1 дежурный, который не идет на зарядку, а делает влажную уборку, выносит мусор, проветривает комнату. Для обучающихся класса, дежурящего по столовой, участие в зарядке не обязательно.