

Распорядок дня

7.00 - ПОДЪЕМ

7.05 - 7.25 — Утренний туалет, уборка, дежурство;

7.25 - 7.35 - Зарядка

7.35 - 7.55 - ЗАВТРАК

7.55 - 8.50 - Прогулка

1-й урок — 9.00 — 9.40 - перемена 10 минут

2-й урок - 9.50 — 10.30 — перемена 20 минут

10.30 - 10.50 - ВТОРОЙ ЗАВТРАК (1-4 классы)

3-й урок - 10.50 — 11.30 - перемена 20 минут

Аэрация и влажная уборка

11.30 - 11.50 - ВТОРОЙ ЗАВТРАК (5-9 классы)

4-й урок - 11.50 — 12.30 - перемена 10 минут

Динамическая физическая пауза

5-й урок 12.40 — 13.20 - перемена 20 минут

13.00 — короткий звонок для дежурных

13.20 - 13.40 - ОБЕД (1-4 класс)

6-й урок — 13.40 — 14.20. — перемена 20 минут

14.20 - 14.40 - ОБЕД (5-9 класс)

7-й урок - 14.40 — 15.20 - прогулка, спортчас

15.20 16.20 - Тихий час

16.20- 17 .10 - Прогулка

17.10 -17.30 ПОЛДНИК

17.30- 18 .25 — Самоподготовка (1-й час)

18.30 -19.25 — Самоподготовка (2-й час)

19.20 - короткий звонок для дежурных

19.25- 19.55 - УЖИН

19.55 -20.45 — воспитательский час, спортчас, прогулка

20.45 -20.55 - Дежурство, подготовка ко сну.

21.00 - ОТБОЙ