



Утверждаю:
 Директор школы
 И.И. Доровских



РЕЖИМ ДНЯ

Режимные моменты	1- 4 классы	5 -10 классы
Подъем	7.00	7.00
Зарядка	7.05 – 7.20	7.05 – 7.20
Уборка спален, утренний туалет	7.20 – 7.40	7.20 – 7.40
Завтрак	7.40 – 8.20	7.40 – 8.20
Второй завтрак	10.50–11.00	11.00–11.10
Учебные занятия	8.25 – 13.30	8.25 – 14.30

Учебная деятельность. Расписание звонков

№ урока	Время	Перемена
1 урок	8.25 – 9.10	10 мин
2 урок	9.20 – 10.00	10 мин
3 урок	10.10 – 10.50	20 мин
4 урок	11.10 – 11.50	10 мин
5 урок	12.00 – 12.40	10 мин
6 урок	12.50 – 13.30	10 мин
7 урок	13.40 – 14.20	10 мин
8 урок	14.30 – 15.10	
Вторая половина дня	Начальная школа	Основная школа
Обед	13.30 – 14.00	14.30 – 15.00
Прогулка, кружки	14.00 – 15.45	15.00 – 15.45
Полдник	15.45-16.00	15.45-16.00
Внеклассное занятие, самоподготовка	16.00 – 17.30	16.00 – 18.00
Прогулка, кружок	17.30 – 18.30	18.00 – 18.30
Ужин	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00
Прогулка	19.00 – 20.30	19.00 – 21.30
Подготовка ко сну	20.30 – 21.00	21.30 – 22.00
Сон	21.00 – 7.00	22.00 – 7.00