

РЕЖИМ ДНЯ УЧАЩИХСЯ ГБОУ «СОЗВЕЗДИЕ»

<i>Подъем</i>	07:00	
<i>Утренний туалет, уборка спален</i>	07:00 – 07:50	
<i>Приход в школу</i>	07:00 – 08:25	
<i>Завтрак</i>	08:05 – 08:15 1 – 4 классы	08:15 – 08:25 5 – 11 классы
<i>Оздоровительная прогулка (динамическая пауза)</i>	08:15 – 08:25	
1 УРОК	08:30 – 09:10 (08:50 физминутка)	
2 УРОК	09:20 – 10:00 (09:40 физминутка)	
<i>Второй завтрак</i>	10:00 – 10:15 1 – 5 классы	10:55 – 11:10 6 – 11 классы
3 УРОК	10:15 – 10:55 (10:35 физминутка)	
4 УРОК	11:10 – 11:50 (11:30 физминутка)	
<i>Оздоровительная прогулка (динамическая пауза)</i>	11:55 – 12:35 1 классы	
5 УРОК	12:00 – 12:40 (12:20 физминутка)	
<i>Обед</i>	12:45 – 13:15 1 – 4 классы	13:30 – 14:00 5 – 11 классы
6 УРОК	12:50 – 13:30 (13:10 физминутка)	
7 УРОК	14:00 – 14:40 (14:20 физминутка) 5 – 11 классы	
<i>Разгрузочное вытяжение позвоночника</i>	13:20 - 14:00 1 – 4 классы	
Коррекционно-развивающие занятия, индивидуально-групповые занятия, внеурочная деятельность, дополнительное образование	14:00 – 18:00	
<i>Полдник</i>	16:00 – 16:20 1 – 4 классы	16:20 – 16:40 5 – 11 классы
<i>Оздоровительная прогулка (динамическая пауза)</i>	16:20 – 17:00 1 – 4 классы	16:40 – 17:20 5 – 11 классы
<i>Уход из школы</i>	17:00; 19:00	
САМОПОДГОТОВКА 1 ЧАС	17:00 – 18:00	
<i>Ужин</i>	18:30 – 18:50	
<i>Оздоровительная прогулка (динамическая пауза)</i>	18:50 – 19:30	
САМОПОДГОТОВКА 1 ЧАС	19:30 – 20:30	
<i>Вечерний туалет, время отдыха,</i>	20:30 – 21:00	
<i>Отбой</i>	21:00 1- 8 классы	21:30 – 22:00 9 - 11 классы