

Режим дня **1-4 классы**

7.00-7.20	Подъём. Зарядка
7.20-7.40	Утренний туалет
7.40-8.00	Подготовка к школе
8.00-8.20	Завтрак
8.30-8.55	Внеклассные мероприятия
9.00-12.40 (13.30)	Учебные занятия
13.30-14.00	Подвижные игры на свежем воздухе
14.00-14.30	Обед
14.30-16.00	Тихий час 1.3 кл. Посещение кружков. Занятия по интересам-4 класс
16.00-16.30	Полдник
17.00-18.20	Самоподготовка
18.20-18.40	Прогулка на свежем воздухе
18.40-19.00	Ужин
19.00-20.00	Занятия по интересам. Уход за одеждой, вечерний туалет
20.00-7.00	Сон

5-9 классы

7.00-7.10	Подъём. Зарядка
7.10-7.20	Утренний туалет
7.20-7.40	Завтрак: 8«а», 8 «б». 9кл.
7.40-8.00	Завтрак: 5«а», 5«б», 6, 7 кл.
8.00-8.30	Прогулка на свежем воздухе
8.30-8.55	Внеклассные мероприятия
9.00-14.20 (15.10)	Учебные занятия
14.30-15.00	Обед: 5«а», 5«б», 6, 7 кл.
15.00-15.30	Обед: 8«а», 8 «б». 9кл.
15.30-16.30	Внеклассная деятельность согласно циклограммы, общественно полезный труд
16.30-17.00	Полдник
17.00-19.00	Самоподготовка
19.00-19.20	Ужин: 5«а», 5«б», 6, 7 кл.
19.20-19.40	Ужин: 8«а», 8 «б». 9кл.
19.40-20.40	Занятия по интересам. Уход за одеждой, вечерний туалет
21.00-7.00	Сон