

Режим дня 5-11 классы

7⁰⁰	– ПОДЪЁМ
7⁰⁰ – 7¹⁵	– УТРЕННИЙ ТУАЛЕТ, УБОРКА СПАЛЬНЫХ КОМНАТ
7¹⁵ – 7³⁰	– УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА
7³⁰ – 8⁰⁰	– ЗАВТРАК
8⁰⁰ – 8³⁰	– ПРИЁМ ЛЕЧЕНИЯ, ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ
8³⁰ – 13⁴⁰	– УЧЕБНЫЕ ЗАНЯТИЯ
10⁵⁰ – 11²⁰	– ВТОРОЙ ЗАВТРАК
11²⁰ – 13⁴⁰	– УЧЕБНЫЕ ЗАНЯТИЯ
13⁵⁰ – 14³⁰	– ОБЕД
14³⁰ – 16⁴⁵	– ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ, ЗАНЯТИЯ ДОП. ОБРАЗОВАНИЯ
16³⁰ – 17⁰⁰	– ПОЛДНИК
17⁰⁰ – 18⁴⁵	– САМОПОДГОТОВКА
18³⁰ – 19⁰⁰	– УЖИН
19³⁰ – 20¹⁵	– СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ
20¹⁵ – 20³⁰	– УБОРКА В КОМНАТАХ, ПОДГОТОВКА КО СНУ
20³⁰ – 20⁴⁰	– 2-й УЖИН
21⁰⁰	– СОН