

Режим дня 2-4 классы

7⁰⁰	– ПОДЪЁМ
7⁰⁰ – 7¹⁵	– УТРЕННИЙ ТУАЛЕТ, УБОРКА СПАЛЬНЫХ КОМНАТ
7¹⁵ – 7³⁰	– УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА
7⁴⁵ – 8⁰⁰	– ЗАВТРАК
8⁰⁰ – 8³⁰	– ПРИЁМ ЛЕЧЕНИЯ, ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ
8³⁰ – 12⁵⁰	– УЧЕБНЫЕ ЗАНЯТИЯ
11⁰⁵ – 11²⁰	– ВТОРОЙ ЗАВТРАК
11²⁰ – 12⁵⁰	– УЧЕБНЫЕ ЗАНЯТИЯ
13⁰⁰ – 13³⁰	– ОБЕД
13³⁰ – 16³⁰	– ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ, ЗАНЯТИЯ ДОП. ОБРАЗОВАНИЯ
16³⁰ – 17⁰⁰	– ПОЛДНИК
16⁴⁰ – 18³⁰	– САМОПОДГОТОВКА
18³⁰ – 18⁴⁵	– УЖИН
19⁰⁰ – 20⁰⁰	– СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ
20⁰⁰ – 20³⁰	– ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ, ПОДГОТОВКА КО СНУ
20³⁰ – 20⁴⁰	– 2-й УЖИН
21⁰⁰	– СОН