



РЕЖИМ ДНЯ ШКОЛЬНИКА 1-4 класс

8.20-8.40 - Подъём, зарядка, завтрак.

8.45-9.00 - Подготовка к учёбе.

9.00 -9.30 - 1 урок

9.40-10.10 - 2 урок

10.30-11.00 - 3 урок

11.10-11.40 - 4 урок

12.00-12.30 - 5 урок

12.30-13.30 - Динамическая пауза, отдых.

13.30- 14.30 - Обед, отдых.

14.30-15.30 - Дополнительный блок занятий (проектная, исследовательская деятельность - дополнение к урокам первой половины дня).

15.30-16.30 - Консультация педагогов.

16.30-20.30 - Свободное время.

20.30- 21.00 - Подготовка ко сну.

21.00 - Сон.