|  |  |
| --- | --- |
| 7.30 | Подъём |
| 7.30 – 8.00 | Зарядка, утренний туалет |
| 8.00 – 8.25 | Первый завтрак |
| 8.30 – 9.10 | I урок |
| 9.20 – 10.00 | II урок |
| 10.00 – 10.30 | Динамическая пауза, завтрак |
| 10.30 – 11.10 | III урок |
| 11.20 – 12.00 | IV урок |
| 12.10– 12.50 | V урок |
| 13.00– 13.40 | VI урок |
| 13.40 – 14.00 | Обед |
| 14.00– 16.00  14.10 - 14.50  14.55- 15.35 | Сон для детей 1 – 5 классов.  Внеурочная деятельность для 5 – 10 классов  Внеурочная деятельность для 5 – 10 классов |
| 16.00 – 16.15 | Полдник |
| 16.15 – 19.00 | Самоподготовка для 5 – 10 классов |
| 16.15 – 17.50 | Самоподготовка для 1 – 5 классов |
| 17.50 – 19.00 | Прогулка для 1 – 5 классов |
| 19.00 – 19.20 | Ужин |
| 19.20 – 20.00 | Свободное время, прогулка |
| 20.00 – 20.10 | Сонник |
| 20.10 – 21.00 | Подготовка ко сну |
| 21.00 | Отбой |