

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора
ГБОУ СО «ЦПМСС «Эхо»
_____/Е.А. Князева /
Приказ от _____ № _____

Режим дня обучающихся 1 класса на сентябрь-октябрь 2023 – 2024 учебный год

Подъем 7:40 (зарядка, утренний туалет)

УРОКИ:

1 урок 8:00 – 8:35 перемена 15 минут

Завтрак 8:50 – 9:30

2 урок 9:40 – 10:15 перемена 15 минут

3 урок 10:30 – 11:05 перемена 15 минут

4 урок 11:20 – 11:55 перемена 15 минут

ГПД:

Обед 12:10 – 12:50 - 40 минут

Внеурочная деятельность/ кор. занятия 13:00 – 13:35

13:40 – 14:30 дневной сон

Внеурочная деятельность/ кор. занятия 14:35 – 15:10

Прогулки, кор. занятия, кружки 15:10 – 15:30

Полдник 15:30 – 15:50

Занятия с воспитателем, развивающие игры, физкультурно-оздоровительные/ культурные мероприятия 16:00 – 17:00

Ужин 18:20 – 18:40

Свободное время, физкультурно-оздоровительные и культурные мероприятия, вечерний туалет 18:40 – 20:30

2 ужин 20:00

Подготовка ко сну 20:10-21:00

Отбой 21:00

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора
ГБОУ СО «ЦПМСС «Эхо»
_____/Е.А. Князева /
Приказ от _____ № ____

Режим дня обучающихся 1 классов (с ноября 2023), 2-3 класса на 2023 – 2024 учебный год

Подъем 7:40 (зарядка, утренний туалет)

УРОКИ:

1 урок 8:00 – 8:40 перемена 10 минут

Завтрак 8:50 – 9:30

2 урок 9:40 – 10:20 перемена 10 минут

3 урок 10:30 – 11:10 перемена 10 минут

4 урок 11:20 – 12:00 перемена 10 минут

ГПД:

Обед 12:10 – 12:50 - 40 минут

УРОКИ:

5 урок 13:00 – 13:40 перемена 10 минут

6 урок 13:50 – 14:30 Внеурочная деятельность/кор. занятия

ГПД:

Внеурочная деятельность/ кор. занятия 14:35 – 15:15

Прогулки, кор. занятия, кружки 15:20 – 15:30

Полдник 15:30 – 15:50

Занятия с воспитателем, развивающие игры, физкультурно-оздоровительные/ культурные мероприятия 16:00 – 17:00

Подготовка к учебным занятиям 16:30 – 17:20

Ужин 18:20 – 18:40

Свободное время, физкультурно-оздоровительные и культурные мероприятия, вечерний туалет 19:00 – 20:30

2 ужин 20:00

Подготовка ко сну 20:10-21:00

Отбой 21:00

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора
ГБОУ СО «ЦПМСС «Эхо»
_____/Е.А. Князева /
Приказ от _____ № _____

Режим дня обучающихся 4-5 ООО, 7А классов на 2022 – 2023 учебный год

Подъем – 7:40 (зарядка, утренний туалет)

УРОКИ:

1 урок 8:00 – 8:40 перемена 10 минут

2 урок 8:50 – 9:30 перемена 10 минут

Завтрак 9:40 – 10:00 – 20 минут, перемена 30 минут

3 урок 10:30 – 11:10 перемена 10 минут

4 урок 11:20 – 12:00 перемена 10 минут

5 урок 12:10 – 12:50 перемена 10 минут

ГПД:

Обед 13:00 – 13:20- 20 минут, перемена 30 минут

УРОКИ:

6 урок 13:00 – 13:20 перемена 30 минут

ГПД:

Внеурочная деятельность/ кор. занятия 14:35 – 15:15

Прогулки, кор.занятия, кружки 15:20 – 16:00

Полдник 16:00 – 16:20

Подготовка к учебным занятиям 16:30 – 17:30

Занятия с воспитателем, развивающие игры, физкультурно-оздоровительные/культурные мероприятия 17:40 – 18:00

Ужин 18:20 – 18:40

Свободное время, физкультурно-оздоровительные/культурные мероприятия, вечерний туалет 19:00 – 20:00

2 ужин 20:00

Подготовка ко сну 20:10-21:00

Отбой 21:00

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора
ГБОУ СО «ЦПМСС «Эхо»
_____/Е.А. Князева /
Приказ от _____ № _____

**Режим дня обучающихся 6,7В,8-9, 12 классов
7А класса в понедельник, среду и пятницу
на 2022 – 2023 учебный год**

Подъем 7:30 (зарядка, утренний туалет)
Легкий завтрак 7:40-8:00

УРОКИ:

1 урок 8:00 – 8:40 перемена 10 минут
2 урок 8:50 – 9:30 перемена 10 минут
3 урок 9:40 – 10:20, перемена 30 минут

Завтрак 10:00 – 10:20, перемена 10 минут

4 урок 11:20 – 12:00 перемена 10 минут
5 урок 12:10 – 12:50 перемена 10 минут
6 урок 13:00 – 13:40 перемена 10 минут

ГПД:

Обед 13:50 – 14:10 - 20 минут, перемена 30 минут

7 урок 14.35-15.15 перемена 10 минут
8 урок Внеурочная деятельность/ кор. занятия
9 урок Внеурочная деятельность/ кор. занятия

ГПД:

Прогулки, кор. занятия, кружки 15:20 – 16:00

Полдник 16:00 – 16:20

Подготовка к учебным занятиям 16:30 – 17:20

Занятия с воспитателем, развивающие игры, физкультурно-оздоровительные/культурные мероприятия 17:20 – 18:00

Ужин 18:20 – 18:40

Свободное время, физкультурно-оздоровительные/культурные мероприятия, вечерний туалет 19:00 – 20:00

2 ужин 20:00

Подготовка ко сну 20:10-21:00

Отбой 21:00

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора
ГБОУ СО «ЦПМСС «Эхо»
_____/Е.А. Князева /
Приказ от _____ № _____

**Режим дня обучающихся 9, 12 классов,
7А класса во вторник, четверг
на 2022 – 2023 учебный год**

Подъем 7:30 (зарядка, утренний туалет)
Легкий завтрак 7:40-8:00

УРОКИ:

1 урок 8:00 – 8:40 перемена 10 минут
2 урок 8:50 – 9:30 перемена 10 минут
3 урок 9:40 – 10:20, перемена 30 минут

Завтрак 10:00 – 10:20, перемена 10 минут

4 урок 11:20 – 12:00 перемена 10 минут
5 урок 12:10 – 12:50 перемена 10 минут
6 урок 13:00 – 13:40 перемена 10 минут

ГПД:

Обед 13:20 – 13:40 - 20 минут, перемена 10 минут

7 урок 14.35-15.15 перемена 10 минут
8 урок Внеурочная деятельность/ кор. занятия
9 урок Внеурочная деятельность/ кор. занятия

ГПД:

Прогулки, кор. занятия, кружки 15:20 – 16:00

Полдник 16:00 – 16:20

Подготовка к учебным занятиям 16:30 – 17:20

Занятия с воспитателем, развивающие игры, физкультурно-оздоровительные/культурные мероприятия 17:20 – 18:00

Ужин 18:20 – 18:40

Свободное время, физкультурно-оздоровительные/культурные мероприятия, вечерний туалет 19:00 – 20:00

2 ужин 20:00

Подготовка ко сну 20:10-21:00

Отбой 21:00