

Режим дня

4 класс

- 7.30-8.15 Подъем, зарядка, утренний туалет
8.15-8.35 Завтрак
8.35-8.55 Прогулка
9.00-10.30 Учебные занятия
10.30-11.10 Второй завтрак
11.10-13.30 Учебные занятия
13.30-13.35 Организационная минутка
13.35-14.00 Обед
14.10 – 15.00 Время полезных дел
- Час тихого чтения (чтение любимых книг)
 - Творческий час (подготовка к мероприятиям, репетиции и т.д.)
 - Общественно- полезный труд
 - Тематическая прогулка
 - Спортивно- развлекательный час, настольные игры
- 15.00 -15.15 Подготовка к дневному сну
15.15 -16.15 Дневной сон
16.15 Подъем
16.30-16.50 Полдник
17.00 -18.30 Самоподготовка
18.40-19.00 Ужин
19.10-19.50 Воспитательные мероприятия, занятия по интересам
19.50-20.10 Прогулка, игры на свежем воздухе
20.10-20.30 Второй ужин
20.30 -21.10 Время полезных дел
21.10-21.20 Вечерний туалет, подготовка ко сну
21.30 Отбой