

Режим дня учащихся 2-4 классов



08.00 - зарядка

08.30 - ужин

09.00-09.20 - 1 урок

09.20-09.40 - перемена

09.40-10.00 - 2 урок

10.00-10.20 - перемена

10.20-10.40 - 3 урок

10.40-11 00 - перемена

11.00-11.20 - 4 урок

11.20-11.40 - перемена

11.40-12.00 - 5 урок

12.00-13.00 - обед

13.00-13.30 - внеурочная деятельность

13.30-15.00 - виртуальные экскурсии, кружки,
мастерклассы и пр.

15.00-17.00 - домашнее задание

17.00-17.30 - полдник

17.30-18.00 - помощь по дому

18.00-19.00 - чтение литературы, занятия
творчеством

19.00 - 19.30-ужин

19.30-21.00 - свободное время, виртуальное общение
с друзьями, игровая деятельность.

21.00 - подготовка ко сну

21.30 - сон