

Режим дня

для учнів 1-4 класів

№з/п	Час	Зміст
1.	7.00	Підйом
2.	7.05-7.20	Зарядка
3.	7.20-7.50	Ранковий туалет, прибирання кімнат
4.	8.00-8.20	Сніданок
5.	8.20-8.45	Відпочинок на свіжому повітрі
6.	8.45-9.00	Підготовка до уроків
7.	9.00-13.35	Навчальні заняття
8.	13.55 -14.25	Обід
9.	14.25 – 15.55	Денний відпочинок (сон) 1 клас
10.	14.25-15.30	Година рухової активності, година класного керівника, година психолога, заняття в гуртках
11.	15.30-16.30	Самопідготовка
12.	16.45-17.05	Прогулянка на свіжому повітрі. Спортивно-оздоровчі заняття.
13.	17.05-18.05	Самопідготовка
14.	18.05 – 18.15	Підсумок роботи
15.	18.15 – 18.30	Вільний час
16.	18.30 – 18.50	Вечеря
17.	18.50 - 20.30	Заняття за інтересами. Перегляд телепередач.
18.	20.30-21.00	Вечірній туалет, підготовка до сну, передача дітей помічникам вихователя
19.	21.00-07.00	Сон

Директор ліцею

Віктор БАРЧУК

Режим дня

для учнів 5-11 класів

№з/п	Час	Зміст
1.	7.00	Підйом
2.	7.05-7.20	Зарядка
3.	7.20-7.40	Ранковий туалет, прибирання кімнат
4.	7.40-8.00	Сніданок
5.	8.00-8.45	Відпочинок на свіжому повітрі
6.	8.45-9.00	Підготовка до уроків
7.	9.00-14.30	Навчальні заняття
8.	14.30-15.00	Обід
9.	15.00-16.00	Година рухової активності, година класного керівника, година психолога, заняття в гуртках
10.	16.00 -18.30	Самопідготовка
11.	18.30- 19.00	Спортивно-оздоровчі заняття
12.	19.00-19.30	Вечеря
13.	19.30-20.00	Заходи емоційно-розвивального характеру
	20.00-20.30	Суспільно корисна праця
14.	20.30-21.00	Вільний час. Заняття за інтересами. Перегляд телепередач.
15.	21.00-21.30	Прогулянка перед сном
16.	21.30- 22.00	Вечірній туалет, підготовка до сну, передача дітей помічникам вихователя
17.	22.00-07.00	Сон

Директор ліцею

Віктор БАРЧУК

