

Режим дня школьника

МБОУ Кубинской СОШ №2

имени Героя Советского Союза Безбородова В.П.

7¹⁵ – подъем/пробуждение

7³⁰ – личная гигиена

7⁴⁵ – завтрак (подготовка к учебному процессу)

8⁰⁵ – онлайн-приветствие, онлайн – зарядка

8¹⁵ – начало занятий по расписанию

№ урока	Время урока	Перемена
1 урок	8 ¹⁵ – 9 ⁰⁰	15 минут
2 урок	9 ¹⁵ – 10 ⁰⁰	15 минут
3 урок	10 ¹⁵ – 11 ⁰⁰	10 минут
4 урок	11 ¹⁰ – 11 ⁵⁵	10 минут
5 урок	12 ⁰⁵ – 12 ⁴⁰	
ОБЕД	12 ⁴⁰ – 13 ²⁰	30 минут
6 урок	13 ²⁰ – 14 ⁰⁵	10 минут
7 урок	14 ¹⁵ – 15 ⁰⁰	

15⁰⁰ – 16⁰⁰ - свободное время

16⁰⁰ – 18⁰⁰ - онлайн-консультации, внеурочная деятельность, дополнительное образование

18⁰⁰ – 22⁰⁰ - свободное время (общение, просмотр фильмов, самообразование, спорт, творчество)

22⁰⁰ - сон