**Режим дня учащихся 1-го класса**

**1 четверть**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 урок | **8.30 – 9.05** |
| Завтрак | **9.05-09.30** |
| 2 урок | **09.30-10.05** |
| Динамическая пауза (40 минут) | **10.05-10.45** |
| 3 урок | **10.45-11.20** |
| обед | **12.30-13.00** |
| Внеурочная деятельность | **16.00-16.30** |
| ГПД  сон  полдник | **11.00-17.00**  **13.00-15.00**  **15.30-16.00** |

**2 четверть**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 урок | **9.30 – 9.05** |
| Завтрак, динамическая пауза | **9.05-09.30** |
| 2 урок | **9.30-10.05** |
| 3 урок | **10.15-10.50** |
| динамическая пауза | **10.50-11.30** |
| 4 урок | **11.30-12.05** |
| обед | **12.30-13.00** |
| Внеурочная деятельность | **16.00-16.40** |
| ГПД  сон  полдник | **11.00-17.00**  **13.00-15.00**  **15.30-16.00** |

**3,4 четверть**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 урок | **8.30 – 9.15** |
| Завтрак, динамическая пауза | **9.15-9.45** |
| 2 урок | **9.45-10.30** |
| 3 урок | **10.40-11.25** |
| динамическая пауза | **11.25-11.45** |
| 4 урок | **11.45-12.30** |
| обед | **12.30-13.00** |
| 5 урок | **13.00-13.45** |
| Внеурочная деятельность | **16.00-17.00** |
| ГПД  сон  полдник | **11.00-17.00**  **13.00-15.00**  **14.00-15.00**  **15.30-16.00** |