**РЕЖИМ ДНЯ**

Подьем – 7.30

Утренняя зарядка 7.45-8.00

Завтрак 8.00- 9.00

Учебные занятия 9.00-15.00

Обед 15.00 – 15.30

Тихий час. Отдых 15.30 – 16.15

Самоподготовка 16.30-18.15

Прогулка 18.15 – 19.00

Внеклассные мероприятия 19.00 -19.45

Ужин 20.00 – 20.30

Самообслуживание 20.00 – 20.30

Отбой 20.30 – 21.00