

Режим дня для 1-12х классов:

Подъем	7 ²⁰ -7 ³⁰
Утренний туалет и прогулка	7 ³⁰ -8 ⁰⁰
Завтрак	8 ⁰⁰ -8 ³⁰
Прогулка	8 ³⁰ -8 ⁴⁵
Ритмическая зарядка	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰
1 урок	9 ⁰⁰ -9 ⁴⁰
2 урок	9 ⁵⁰ -10 ³⁰
3 урок	10 ⁴⁰ -11 ²⁰
2 завтрак	11 ²⁰ -11 ⁵⁰
4 урок	11 ⁵⁰ -12 ³⁰
5 урок	12 ⁴⁰ -13 ²⁰
6 урок	13 ³⁰ -14 ¹⁰
Подготовка к обеду	14 ¹⁰ -14 ¹⁵
Обед	14 ¹⁵ -14 ⁴⁵
Прогулка	14 ⁴⁵ -15 ⁴⁵
Младшие классы (сон)	14 ³⁰ -16 ⁰⁰
Занятия по интересам	15 ⁴⁵ -16 ¹⁵
Полдник	16 ¹⁵ -16 ³⁰
Самоподготовка	16 ³⁰ -18 ³⁰
Уборка кабинетов	18 ³⁰ -18 ⁴⁵
Ужин	18 ⁴⁵ -19 ¹⁵
Прогулка	19 ¹⁵ -20 ⁰⁰
Работа по реабилитации, вечерний туалет	20 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
Сон 1-8класс	21 ⁰⁰
Сон 9-12 класс	22 ⁰⁰

Примечание: для начальных классов прогулка 12³⁰-13⁴⁵

Обед в 1 смену: 13⁴⁵-14¹⁵;

2 смена: 14¹⁵-14⁴⁵