



муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 31 со спортивным уклоном города Пятигорска
Ставропольского края

357538 Россия, Ставропольский край, г. Пятигорск, улица Мира, 187 телефон (879 3) 98-11-25 факс (879 3) 98-11-25

E-mail: sch31.5gor@mail.ru



Утверждено:
директор МБОУ СОШ № 31
со спортивным уклоном
Т.А. Золотухина
05.11.2021 г.

**Распорядок дня обучающихся
МБОУ СОШ №31 со спортивным уклоном
при обучении в условиях бесконтактной коммуникации**

Время	Вид деятельности
08.00 – 08.30	Утренняя зарядка, завтрак
08.30 – 09.00	1 урок
09.00 – 09.10	перемена
09.10 – 09.40	2 урок
09.40 – 09.50	перемена
09.50 – 10.20	3 урок
10.20 – 10.30	перемена
10.30 – 11.00	4 урок
11.00 – 11.10	перемена
11.10 – 11.40	5 урок
11.40 – 11.50	перемена
11.50 – 12.20	6 урок
12.20 – 12.30	перемена
12.30 – 13.00	7 урок
13.00 – 14.00	Отдых, обед
14.00 – 17.00	Вечерняя тренировка
17.00 – 19.00	Выполнение домашнего задания
с 19.00	Помощь по дому. Свободное время, бесконтактное общение с друзьями. Чтение художественной литературы/занятия творчеством.