



РАСПО

ГБУ ДО УМЦ ВПВ

им. А.Матросова

В.Ю.Почтарев

2025 г.

**РАСПОРЯДОК ДНЯ (ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 8-Х КЛАССОВ)**

Содержание мероприятия	Начало	Окончание	Продолжительность
Подъём	7.30		
Утренняя физическая зарядка	7.40	8.00	30 мин
Утренний туалет, заправка постелей, утренний осмотр	8.00	8.30	30 мин
Завтрак	8.30	8.50	20 мин
Построение и развод на занятия	8.50	9.00	10 мин
Занятия по основам военной подготовки	9.00	9.40	40 мин
	9.50	10.30	40 мин
	10.40	11.20	40 мин
	11.30	12.10	40 мин
Подготовка к обеду	12.10	12.30	20 мин
Обед	12.30	13.00	30 мин
Послеобеденный отдых	13.00	13.30	30 мин
Занятия по основам военной подготовки	13.30	14.10	40 мин
	14.20	15.00	40 мин
	15.10	15.50	40 мин
Полдник	16.00	16.20	20 мин
Занятия по дополнительным общеразвивающим программам.	16.30	17.15	45 мин
	17.25	18.10	45 мин
Ужин	18.20	18.40	20 мин
Воспитательная работа. Культурно-досуговые мероприятия	18.50	19.35	45 мин
	19.45	20.30	45 мин
	20.40	21.25	45 мин
Второй ужин	21.30	21.50	20 мин
Приготовление ко сну	21.50	22.30	40 мин
Отбой	22.30		

Заместитель директора по УВР

В.А. Казаков