

Утверждаю: _____
Директор МБОУ Курганенской СОШ
Е.Н. Дубограева
Приказ от 29.08.2016 г. № 210

**РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ
МБОУ КУРГАНЕНСКОЙ СОШ**

РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ ДЛЯ 1 КЛАССА

| <u>СЕНТЯБРЬ- ДЕКАБРЬ</u> | <u>ЯНВАРЬ-МАЙ</u> |
|---|---|
| 1 урок – 8 ³⁰ – 9 ⁰⁵ | 1 урок – 8 ³⁰ – 9 ¹⁰ |
| 2 урок – 9 ²⁰ – 9 ⁵⁵ | 2 урок – 9 ²⁰ – 10 ⁰⁰ |
| 3 урок – 10 ²⁰ – 10 ⁵⁵ | 3 урок – 10 ²⁰ – 11 ⁰⁰ |
| 4 урок – 11 ²⁰ – 11 ⁵⁵ | 4 урок – 11 ²⁰ – 12 ⁰⁰ |
| 5 урок - 12 ¹⁵ - 12 ⁵⁰ | |

РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ 2 - 11 КЛАССОВ

| <u>ПОНЕДЕЛЬНИК-ЧЕТВЕРГ</u> | <u>ПЯТНИЦА</u> |
|---|---|
| 1 урок – 8 ³⁰ – 9 ¹⁰ | 1 урок – 8 ³⁰ – 9 ¹⁰ |
| 2 урок – 9 ²⁰ – 10 ⁰⁰ | 2 урок – 9 ²⁰ – 10 ⁰⁰ |
| 3 урок – 10 ²⁰ – 11 ⁰⁰ | 3 урок – 10 ²⁰ – 11 ⁰⁰ |
| 4 урок – 11 ²⁰ – 12 ⁰⁰ | 4 урок – 11 ²⁰ – 12 ⁰⁰ |
| 5 урок – 12 ¹⁰ – 12 ⁵⁰ | 5 урок – 12 ¹⁰ – 12 ⁵⁰ |
| 6 урок – 13 ⁰⁰ – 13 ⁴⁰ | ЛИНЕЙКА |
| 7 урок – 13 ⁵⁰ – 14 ³⁰ | 6 урок – 13 ⁰⁰ – 13 ⁴⁰ |

Зам.директора школы по УВР:

Ильинова Т.А.

Утверждаю _____
Директор МБОУ Курганенской СОШ
Е.Н. Дубограева

НАЗНАЧЕНИЕ ФИЗМИНУТОК В МБОУ КУРГАНЕНСКОЙ СОШ

1 – 4 классы

- 1 урок – упражнения направленные на уменьшение работы головного мозга.
- 2 урок – упражнения направленные на формирование правильной осанки.
- 3 урок – упражнения для снятия усталости глаз.
- 4 урок – упражнения для развития мелкой мускулатуры.
- 5 урок – предупреждения сколиоза.

5 – 11 классы

- 1 урок – упражнения для улучшения работы головного мозга и концентрации внимания.
- 2 урок – гимнастика для глаз, профилактика сколиоза.
- 3 урок – формирование правильной осанки и укрепления позвоночника.
- 4 урок – упражнения направленные на улучшение работы головного мозга, шейного отдела позвоночника.
- 5 урок – упражнения на укрепление скелетной мускулатуры.
- 6 урок – упражнения для снятия усталости и привлечения внимания.

