

Расписание продолжительности уроков для 1-4 классов в период дистанционного обучения

№ урока	Продолжительность урока	Продолжительность отдыха
1	08:45 – 09:05	15 минут
2	09:20 – 09-40	15 минут
3	09:55 – 10:15	15 минут
4	10:30 – 10:50	15 минут
5	11:05 – 11:25	

В перерывах между занятиями необходимо проводить физминутки, упражнения для отдыха глаз

Во второй половине дня после отдыха самостоятельная работа по закреплению материала

Расписание продолжительности уроков для 5-11 классов в период дистанционного обучения

№ урока	Продолжительность урока	Продолжительность отдыха
1	08:45 – 09:15	10 минут
2	09:25 – 09-55	15 минут
3	10:10 – 10:40	15 минут
4	11:55 – 12:25	15 минут
5	12:40 – 13:10	15 минут
6	13:25 – 13:55	

В перерывах между занятиями необходимо проводить физминутки, упражнения для отдыха глаз

Во второй половине дня после отдыха самостоятельная работа по закреплению материала