

Управление спорта и туризма  
Гродненского областного  
исполнительного комитета



УТВЕРЖДАЮ

Директор УО «ГрГУОР»

А.А.Кондратович

29.08.2024

Учреждение образования  
«Гродненское государственное  
училище олимпийского резерва»

## РЕЖИМ РАБОТЫ

### Учреждения образования

#### «Гродненское государственное училище олимпийского резерва»

Рабочие дни:  
Рабочее время

Понедельник-пятница  
08<sup>30</sup>-13<sup>00</sup>, 13<sup>00</sup>-13<sup>30</sup> обеденный перерыв, 13<sup>30</sup>-17<sup>00</sup>

*Примечание:* режим рабочего времени конкретных работников с учётом структурных подразделений, должностей и профессий определяется Правилами внутреннего трудового распорядка УО «ГрГУОР», обеденный перерыв для работников – не менее 20 минут и не более одного часа с учётом особенностей работы

Учебно-  
тренировочные  
(рабочие) дни

Учебно-  
тренировочное  
(рабочее) время

Мероприятия	Понедельник- пятница	Суббота	Воскресенье
Подъём	7 <sup>00</sup>	7 <sup>00</sup>	9 <sup>00</sup>
Утренний туалет	7 <sup>05</sup> -7 <sup>20</sup>	7 <sup>05</sup> -7 <sup>20</sup>	9 <sup>00</sup> -9 <sup>30</sup>
1-й завтрак	7 <sup>20</sup> -7 <sup>45</sup>	7 <sup>20</sup> -7 <sup>45</sup>	-
1-я тренировка	7 <sup>45</sup> -10 <sup>15</sup>	7 <sup>45</sup> -10 <sup>15</sup>	-
Уборка комнат	10 <sup>00</sup> -10 <sup>30</sup>	10 <sup>00</sup> -10 <sup>30</sup>	-
2-й завтрак	10 <sup>15</sup> -11 <sup>00</sup>	10 <sup>15</sup> -11 <sup>00</sup>	9 <sup>30</sup> -10 <sup>00</sup>
Уроки: 1.	11 <sup>00</sup> -11 <sup>45</sup>	10 <sup>30</sup> -13 <sup>30</sup>	-
2.	11 <sup>55</sup> -12 <sup>40</sup>	поддерж и стим.	-
3.	12 <sup>50</sup> -13 <sup>35</sup>	занятия	-
Обед 1-й смены	13 <sup>35</sup> -13 <sup>55</sup>	13 <sup>30</sup> -14 <sup>30</sup>	13 <sup>30</sup> -14 <sup>30</sup>
Уроки: 4.	13 <sup>55</sup> -14 <sup>40</sup>		-
Обед 2-й смены	14 <sup>40</sup> -15 <sup>00</sup>		-
Уроки: 5.	15 <sup>00</sup> -15 <sup>45</sup>		-
6.	15 <sup>55</sup> -16 <sup>40</sup>		-
Полдник	Согласно графику	-	-
Инф. час	Согласно расп-ю	-	-
Классный час	Согласно расп-ю	-	-
ОПТ	После уроков	-	-
2-я тренировка	17 <sup>15</sup> -19 <sup>30</sup>	-	-
Ужин	19 <sup>30</sup> -20 <sup>00</sup>	19 <sup>20</sup> -20 <sup>00</sup>	19 <sup>20</sup> -20 <sup>00</sup>
Свободное время	-	16 <sup>30</sup> -19 <sup>20</sup>	11 <sup>00</sup> -13 <sup>00</sup> , 15 <sup>00</sup> -18 <sup>30</sup>
Время для самоподготовки	20 <sup>00</sup> -21 <sup>30</sup>	-	20 <sup>00</sup> -21 <sup>30</sup>
Мероприятия выходного дня	-	11 <sup>00</sup> -13 <sup>00</sup> , 17 <sup>00</sup> -19 <sup>00</sup> 20 <sup>30</sup> -22 <sup>00</sup>	11 <sup>00</sup> -13 <sup>00</sup> 15 <sup>00</sup> -18 <sup>30</sup>
Подготовка ко сну	22 <sup>10</sup> -22 <sup>30</sup>	22 <sup>40</sup> -23 <sup>00</sup>	22 <sup>10</sup> -22 <sup>30</sup>
Отбой	22 <sup>30</sup>	23 <sup>00</sup>	22 <sup>30</sup>

*Примечание:* режим учебно-тренировочного (рабочего) времени определяется расписанием занятий, расписанием звонков, расписанием тренировок, перерыв для отдыха и питания для обучающихся – не менее 20 минут