

Управление спорта и туризма
Гродненского областного
исполнительного комитета



ТВЕРЖДАЮ
Директор УО «ГрГУОР»
А.А.Кондратович

Учреждение образования
«Гродненское государственное
училище олимпийского резерва»

РЕЖИМ РАБОТЫ
Учреждения образования

«Гродненское государственное училище олимпийского резерва»

Рабочие дни: Рабочее время	Понедельник-пятница 08 ³⁰ -13 ⁰⁰ , 13 ⁰⁰ -13 ³⁰ обеденный перерыв, 13 ³⁰ -17 ⁰⁰ <i>Примечание:</i> 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 ⁰⁰	7 ⁰⁰	9 ⁰⁰
			Утренний туалет	7 ⁰⁵ -7 ²⁰	7 ⁰⁵ -7 ²⁰	9 ⁰⁰ -9 ³⁰
			1-й завтрак	7 ²⁰ -7 ⁴⁵	7 ²⁰ -7 ⁴⁵	-
			1-я тренировка	7 ⁴⁵ -10 ¹⁵	7 ⁴⁵ -10 ¹⁵	-
			Уборка комнат	10 ⁰⁰ -10 ³⁰	10 ⁰⁰ -10 ³⁰	-
			2-й завтрак	10 ¹⁵ -11 ⁰⁰	10 ¹⁵ -11 ⁰⁰	9 ³⁰ -10 ⁰⁰
			Уроки: 1.	11 ⁰⁰ -11 ⁴⁵	10 ³⁰ -13 ³⁰ поддерж и стим. занятия	-
			2.	11 ⁵⁵ -12 ⁴⁰		-
			3.	12 ⁵⁰ -13 ³⁵		-
			Обед 1-й смены	13 ³⁵ -13 ⁵⁵	13 ³⁰ -14 ³⁰	13 ³⁰ -14 ³⁰
			Уроки: 4.	13 ⁵⁵ -14 ⁴⁰		-
			Обед 2-й смены	14 ⁴⁰ -15 ⁰⁰		-
			Уроки: 5.	15 ⁰⁰ -15 ⁴⁵		-
			6.	15 ⁵⁵ -16 ⁴⁰		-
			Полдник	Согласно графику	-	-
			Инф. час	Согласно расп-ю	-	-
			Классный час	Согласно расп-ю	-	-
			ОПТ	После уроков	-	-
			2-я тренировка	17 ¹⁵ -19 ³⁰	-	-
			Ужин	19 ²⁰ -20 ⁰⁰	19 ²⁰ -20 ⁰⁰	19 ²⁰ -20 ⁰⁰
			Свободное время	-	16 ³⁰ -19 ²⁰	11 ⁰⁰ -13 ⁰⁰ , 15 ⁰⁰ -18 ³⁰
			Время для самоподготовки	20 ⁰⁰ -21 ³⁰	-	20 ⁰⁰ -21 ³⁰
			Мероприятия выходного дня	-	11 ⁰⁰ -13 ⁰⁰ , 17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ 20 ³⁰ -22 ⁰⁰	11 ⁰⁰ -13 ⁰⁰ 15 ⁰⁰ -18 ³⁰
			Подготовка ко сну	22 ¹⁰ -22 ³⁰	22 ⁴⁰ -23 ⁰⁰	22 ¹⁰ -22 ³⁰
			Отбой	22 ³⁰	23 ⁰⁰	22 ³⁰
			<i>Примечание:</i> режим учебно-тренировочного (рабочего) времени определяется расписанием занятий, расписанием звонков, расписанием тренировок, перерыв для отдыха и питания для обучающихся – не менее 20 минут			