

Управление спорта
Гродненского областного
исполнительного комитета



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			
	Мероприятия	Понедельник-пятница	Суббота	Воскресенье
Учебно-тренировочные (рабочие) дни	Подъём	7 ⁰⁰	7 ⁰⁰	9 ⁰⁰
	Утренний туалет	7 ⁰⁵ -7 ²⁰	7 ⁰⁵ -7 ²⁰	9 ⁰⁰ -9 ³⁰
Учебно-тренировочное (рабочее) время	1-й завтрак	7 ³⁰ -8 ⁰⁰	7 ³⁰ -8 ⁰⁰	7 ³⁰ -8 ⁰⁰
	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 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰
	Уроки: 1.	11 ⁰⁰ -11 ⁴⁵	10 ³⁰ -13 ³⁰	-
	2.	11 ⁵⁵ -12 ⁴⁰	поддерж и стим.	-
	3.	12 ⁵⁰ -13 ³⁵	занятия	-
	Обед 1-й смены	13 ³⁵ -13 ⁵⁵	14 ⁰⁰ -14 ³⁰	14 ⁰⁰ -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 ⁰⁰ -20 ⁰⁰	19 ⁰⁰ -20 ⁰⁰	19 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
	Свободное время	-	16 ³⁰ -19 ⁰⁰	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			