



Директор МБОУ «Чайкинской школы»
О.А. Дамадаева

**График работы в 10 классе на период дистанционного обучения
с 01.02.2022 по 04.02.2022**

№ урока	Время урока	Режим работы	Продолжительность	
1	8.30 - 9.15	Видеоурок. Онлайн консультации с учителем	20 мин	45 мин
		Физ. пауза и зарядка для глаз	5 мин	
		Самоподготовка	20 мин	
		Перемена		10 мин
2	9.25 - 10.10	Видеоурок. Онлайн консультации с учителем	20 мин	45 мин
		Физ. пауза и зарядка для глаз	5 мин	
		Самоподготовка	20 мин	
		Перемена. Завтрак		15 мин
3	10.25-11.10	Видеоурок. Онлайн консультации с учителем	20 мин	45 мин
		Физ. пауза и зарядка для глаз	5 мин	
		Самоподготовка	20 мин	
		Перемена.		15 мин
4	11.25 - 12.10	Видеоурок. Онлайн консультации с учителем	20 мин	45 мин
		Физ. пауза и зарядка для глаз	5 мин	
		Самоподготовка	20 мин	
		Перемена. Обед		20 мин
5	12.30 - 13.15	Видеоурок. Онлайн консультации с учителем	20 мин	45 мин
		Физ. пауза и зарядка для глаз	5 мин	
		Самоподготовка	20 мин	
		Перемена.		10 мин
6.	13.25 – 14.10	Видеоурок. Онлайн консультации с учителем	20 мин	45 мин
		Физ. пауза и зарядка для глаз	5 мин	
		Самоподготовка	20 мин	
		Перемена.		10 мин
7.	14.20 – 15.05	Видеоурок. Онлайн консультации с учителем	20 мин	45 мин
		Физ. пауза и зарядка для глаз	5 мин	
		Самоподготовка	20 мин	
		Динамическая пауза.		30 мин
	15.35 – 16.20	Внеурочная деятельность		45 мин