

**«Утверждаю»**  
Директор БОУ г. Омска «Лицей № 145»  
Н.В. Лоскутова  
«29» августа 2025 года

**УЧЕБНЫЙ РЕЖИМ**  
**БОУ г. Омска «Лицей № 145»**  
**на 2025 -2026 учебный год**

**РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ (понедельник)**

**I смена**

**08.00 – 08.40 – Церемония поднятия государственного флага,  
внеурочное занятие «Разговоры о важном»**

- 1 урок – 08.50 - 09.30 перемена 5 минут
- 2 урок – 09.35 – 10.15 перемена 15 минут
- 3 урок – 10.30 – 11.10 перемена 15 минут
- 4 урок – 11.25 – 12.05 перемена 15 минут
- 5 урок – 12.20 – 13.00 перемена 15 минут
- 6 урок – 13.15 – 13.55 перемена 10 минут
- 7 урок – 14.05 – 14.45

**II смена**

**14.05 – 14.45 – Церемония поднятия государственного флага,  
внеурочное занятие «Разговоры о важном»**

- 1 урок – 14.55 – 15.35 перемена 15 минут
- 2 урок – 15.50 – 16.30 перемена 15 минут
- 3 урок – 16.45 - 17.25 перемена 10 минут
- 4 урок – 17.35 – 18.15 перемена 5 минут
- 5 урок – 18.20 – 19.00

**РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ (вторник, среда, пятница)**

**I смена**

- 1 урок – 08.15 – 08.55 перемена 5 минут
- 2 урок – 09.00 - 09.40 перемена 15 минут
- 3 урок – 09.55 – 10.35 перемена 15 минут
- 4 урок – 10.50 – 11.30 перемена 15 минут
- 5 урок – 11.45 – 12.25 перемена 15 минут
- 6 урок – 12.40 – 13.20 перемена 10 минут
- 7 урок – 13.30 – 14.10

**II смена**

- 1 урок – 13.30 – 14.10 перемена 15 минут
- 2 урок – 14.25 – 15.05 перемена 15 минут
- 3 урок – 15.20 - 16.00 перемена 10 минут
- 4 урок – 16.10 – 16.50 перемена 10 минут
- 5 урок – 17.00 – 17.40 перемена 5 минут
- 6 урок – 17.45 – 18.25

**По пятницам в 18.35 – Церемония спуска государственного флага**

## **РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ (четверг)**

### **I смена**

**08.00 – 08.40 – внеурочное занятие по профориентации (1-5 класс),  
внеурочное занятие «Россия – мои горизонты» (7-11 класс)**

1 урок – 08.50 – 09.30 перемена 5 минут  
2 урок – 09.35 – 10.15 перемена 15 минут  
3 урок – 10.30 – 11.10 перемена 15 минут  
4 урок – 11.25 – 12.05 перемена 15 минут  
5 урок – 12.20 – 13.00 перемена 15 минут  
6 урок – 13.15 – 13.55 перемена 10 минут  
7 урок – 14.05 – 14.45

### **II смена**

1 урок – 14.05 – 14.45 перемена 10 минут  
2 урок – 14.55 – 15.35 перемена 15 минут  
3 урок – 15.50 – 16.30 перемена 15 минут  
4 урок – 16.45 – 17.25 перемена 10 минут  
5 урок – 17.35 – 18.15 перемена 5 минут  
6 урок – 18.20 – 19.00

## **РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ (суббота)**

### **I смена**

1 урок – 08.15 – 08.55 перемена 5 минут  
2 урок – 09.00 – 09.40 перемена 10 минут  
3 урок – 09.50 – 10.30 перемена 10 минут  
4 урок – 10.40 – 11.20 перемена 10 минут  
5 урок – 11.30 – 12.10 перемена 5 минут  
6 урок – 12.15 – 12.55

---



«Утверждаю»

Директор БОУ г. Омска «Лицей № 145»

Н.В. Лоскутова

«29» августа 2025 года

**УЧЕБНЫЙ РЕЖИМ БОУ г. Омска «Лицей № 145» на 2025 -2026 учебный год**

**РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ ДЛЯ 1 КЛАССА (понедельник)**

**I полугодие 2025-2026 учебного года**

**08.00 – 08.40 – Церемония поднятия государственного флага,  
внеурочное занятие «Разговоры о важном»**

- 1 урок – 08.50 – 09.25      перемена 10 минут
- 2 урок – 09.35 – 10.10      динамическая пауза 50 минут
- 3 урок – 11.00 – 11.35      перемена 10 минут
- 4 урок – 11.45 – 12.20

**II полугодие 2025-2026 учебного года**

**08.00 – 08.40 – Церемония поднятия государственного флага,  
внеурочное занятие «Разговоры о важном»**

- 1 урок – 08.50 – 09.30      перемена 10 минут
- 2 урок – 09.40 – 10.20      динамическая пауза 50 минут
- 3 урок – 11.10 – 11.50      перемена 10 минут
- 4 урок – 12.00 – 12.40      перемена 10 минут
- 5 урок – 12.50 – 13.30

**РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ ДЛЯ 1 КЛАССА (вторник, среда, пятница)**

**I полугодие 2025-2026 учебного года**

- 1 урок – 08.15 – 08.50      перемена 10 минут
- 2 урок – 09.00 – 09.35      динамическая пауза 50 минут
- 3 урок – 10.25 – 11.00      перемена 10 минут
- 4 урок – 11.10 – 11.45

**II полугодие 2025-2026 учебного года**

- 1 урок – 08.15 – 08.55      перемена 10 минут
- 2 урок – 09.05 – 09.45      динамическая пауза 50 минут
- 3 урок – 10.35 – 11.15      перемена 10 минут
- 4 урок – 11.25 – 12.05      перемена 10 минут
- 5 урок – 12.15 – 12.55

**РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ ДЛЯ 1 КЛАССА (четверг)**

**I полугодие 2025-2026 учебного года**

**08.00 – 08.40 – внеурочное занятие по профориентации**

- 1 урок – 08.50 – 09.25      перемена 10 минут
- 2 урок – 09.35 – 10.10      динамическая пауза 50 минут
- 3 урок – 11.00 – 11.35      перемена 10 минут
- 4 урок – 11.45 – 12.20

**II полугодие 2025-2026 учебного года**

**08.00 – 08.40 – внеурочное занятие по профориентации**

- 1 урок – 08.50 – 09.30      перемена 10 минут
- 2 урок – 09.40 – 10.20      динамическая пауза 50 минут
- 3 урок – 11.10 – 11.50      перемена 10 минут
- 4 урок – 12.00 – 12.40      перемена 10 минут
- 5 урок – 12.50 – 13.30