

Α/Α	ΩΡΑ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ					
	07.00-07.15	15΄	Υποδοχή μαθητών Πρωινής Ζώνης				
	07.15-08.00	45΄	Προαιρετική Πρωινή Ζώνη				
	08.00-08.15	15΄	Υποδοχή μαθητών				
	08.15-09.40	85΄	1 ^η διδακτική περίοδος (1 ^η διδακτική ώρα 45΄ - 2 ^η διδακτική ώρα 40΄)				
	09.40-10.00	20΄	Διάλειμμα				
	10.00-11.30	90΄	2 ^η διδακτική περίοδος				
	11.30-11.45	15΄	Διάλειμμα				
	11.45-12.25	40΄	5 ^η διδακτική ώρα				
	12.25-12.35	10΄	Διάλειμμα				
	12.35-13.15	40΄	6 ^η διδακτική ώρα				
	13.15-13.20	5΄	Χρόνος μετάβασης στην αίθουσα ολοήμερου				
1η Ζώνη: Μεσημβρινό γεύμα - Διατροφική Αγωγή							
1η ώρα	13.20-14.00	40΄	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή
	14.00-14.10	10΄	Διάλειμμα				
2η Ζώνη: Μελέτη-Προετοιμασία							
2η ώρα	14.10-14.55	45΄	Μελέτη- Προετοιμασία	Μελέτη- Προετοιμασία	Μελέτη- Προετοιμασία	Μελέτη- Προετοιμασία	Μελέτη- Προετοιμασία
	14.55-15.05	10΄	Διάλειμμα				
3η ώρα	15.05-15.50	45΄	Μελέτη- Προετοιμασία	Μελέτη- Προετοιμασία	Μελέτη- Προετοιμασία	Μελέτη- Προετοιμασία	Μελέτη- Προετοιμασία
	15.50-15.55	5΄	Διάλειμμα				
3η Ζώνη: Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι							
4η ώρα	15.55-16.40	45΄	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι
	16.40-16.45	5΄	Διάλειμμα				
5η ώρα	16.45-17.30	45΄	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι