

РАСПОРЯДОК ДНЯ

Элементы режима дня	Время	
	8-10 лет	4-7 лет
Подъем	08.30 - 08.45	08.30 - 08.45
Утренняя зарядка	08.45 – 09.00	08.45-09.00
Водные процедуры (закаливание), уборка постелей и личных вещей	09.00 – 09.30	09.00 – 09.30
Завтрак	09.30 – 10.00	09.30 – 10.00
Трудовой десант (уборка комнат и территории)	10.00 – 10.15	10.00 – 10.15
Санконтроль (проверка чистоты в комнатах с мед работником)	10.15 – 10.20	10.15 – 10.20
Общелагерная линейка	10.20 – 10.30	10.20 – 10.30
Прогулка (воздушные/солнечные ванны) Подвижные игры на свежем воздухе	10.30 – 11.15	10.30 – 11.15
Бессейн (Вт., Чтв.)	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00
Занятие в группах (профориентационные занятия)	11.15 – 11.40	11.15 – 11.40
Оздоровление: витаминизация, кислородный коктейль (через день)	11.40 – 11.55	11.40 – 11.55
Спортивное мероприятие/мероприятия в группах	12.00 - 12.45	12.00 - 12.30
Прогулка (воздушные/солнечные ванны)	12.45 - 13.15	12.30 - 13.15
Свободное время (настольные игры, чтение книг и т.д.)	13.15 – 13.30	13.15 – 13.30
Посещение соляной пещеры группа № 1 (9 чел.) 40 мин./20 мин.	12.45 – 13.25	12.45 – 13.05
Обед	13.30 - 13.50	13.30 - 13.50
Школа здоровья	13.50 - 14.00	13.50 - 14.00
Сончас	14.00 - 15.30	14.00 - 16.30
Пятиминутка БЕЗОПАСНОСТИ	15.40 – 15.45	16.30 - 16.35
Полдник	15.50 – 16.10	16.35 - 16.50
Прогулка (воздушные/солнечные ванны) Подвижные игры на свежем воздухе	16.15 – 17.00	16.50 – 18.20
Подготовка к вечернему мероприятию	17.00 – 18.45	18.20 – 18.40
Гостевание (встреча с родителями)/ Гигиенические процедуры	17.45 – 18.30	18.40 – 19.00
Посещение соляной пещеры группа № 2 (9 чел.) 40 мин./20 мин.	18.20 - 19.00	18.20 - 18.40
Ужин	19.00 - 19.30	19.00 - 19.30
Общелагерное мероприятие	19.30 - 20.15	19.30 - 20.15
Дискотека/Просмотр фильма (ТВое Время)	20.15 - 21.30	20.15 – 20.45
Посещение соляной пещеры группа № 3 (9 чел.) 40 мин. /20 мин.	20.30 – 21.10	20.15 – 20.45
Второй ужин	21.30 - 21.45	20.45 - 21.00
Вечерний огонёк	21.45 - 22.10	21.00 - 21.10
Вечерние гигиенические процедуры	22.10 – 22.30	21.10 - 21.30
Отбой (сон)	22.30 - 08.30	21.30 - 08.30

