

УТВЕРЖДАЮ
 Директор Государственного
 автономного учреждения
 «Молодежный центр «Волга»
 Р.М. Мингулов



« 2018 г.

РАСПОРЯДОК ДНЯ

Элементы распорядка дня	Для детей 6-9 лет	Для детей 10-16 лет
Подъем и уборка постелей	8.00-8.10	8.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.30	8.10-8.30
Водные процедуры	8.30-8.50	8.30-8.50
Утренняя линейка	8.50-9.00	8.50-9.00
Завтрак	9.00-9.30	9.00-9.30
Работа отрядов, звеньев, кружков, участие детей в общественно-полезном труде и др.	9.30-11.10	9.30-11.10
Оздоровительные гигиенические процедуры (воздушные и солнечные ванны)	11.10-12.30	11.10-12.30
Свободное время	12.30-13.00	12.30-13.00
Обед	13.00-14.00	13.00-14.00
Послеобеденный дневной отдых	14.00-16.00	14.00-16.00
Полдник	16.00-16.30	16.00-16.30
Занятия в кружках, спортивных секциях, разновозрастных группах и объединениях, участие в общелагерных мероприятиях	16.30-18.00	16.30-18.00
Ужин	18.00-19.00	18.00-19.00
Свободное время, тихие игры, индивидуальное чтение	19.00-19.30	19.00-19.30
Второй ужин	19:30-20:00	19:30-20:00
Мероприятия.	20.00-20.30	20.00-21.30
Линейка		21.30-21.45
Вечерний туалет	20.30-21.00	21.45-22.00
Сон	21.30 (22:00)-8.00	22.30(23.00) – 8.00