



«Утверждаю»

Директор

ГАУ Молодежный центр «Волга»

Д.В.Дмитриев

« »

2024г.

РАСПОРЯДОК ДНЯ

Элементы распорядка дня	Для детей 6-9 лет	Для детей 10-16лет
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 по плану отрядов, звеньев, кружков, участие в общественно-полезном труде и др.	9.30-11.00	9.30-11.00
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
Второй ужин	19.30-20.00	19.30-20.00
Мероприятия. Линейка	20.00-20.30	20.00-21.30 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