

РЕЖИМ ДНЯ
обучающихся в летнем оздоровительном лагере дневного пребывания на базе
МАОУ «Прогимназия № 81»
с 01 по 30 июня 2024 года

Режимные моменты	Время
Приём детей на улице (15 минут), свободное общение.	08.00 – 08.15
Утренняя гимнастика (на улице)	08.15 – 08.30
Завтрак (20 минут)	08.30 – 08.50
Занятия по интересам (кружки, экскурсии, развлекательные и оздоровительные мероприятия)	08.50 – 11.20
Второй завтрак	11.20 – 11.30
Динамическая пауза (прогулка 60 минут, спортивный час)	11.30 – 12.30
Гигиенические процедуры, закаливание	12.30 – 13.00
Обед (30 минут)	13.00 – 13.30
Сон	13.30 – 15.00
Гигиенические процедуры	15.00 – 15.20
Динамическая пауза (прогулка 40 минут)	15.20 – 16.00
Ужин (20 минут)	16.00 – 16.20
Занятия по интересам (кружки, экскурсии, развлекательные и оздоровительные мероприятия)	16.30 – 17.00
Прогулка, уход детей домой	17.00 - 18.00