**ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ «ИЗУМРУДНЫЙ»**

**РЕЖИМ ДНЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| 8.00 | Подъём |
| 8.10-8.20 | Зарядка |
| 8.20-8.30 | Уборка территории |
| 8.30-9.00 | Водные процедуры |
| 9.00-9.30 | Завтрак |
| 9.30-11.10 | Работа отрядов, звеньев, кружков, участие детей в общественно полезном труде и др. |
| 11.10-12.30 | Оздоровительные гигиенические процедуры (воздушные, солнечные ванны, душ, купание), обучение плаванию |
| 12.30-13.00 | Свободное время. Отрядные дела |
| 13.00- 14.00 | Обед |
| 14.00-16.00 | Послеобеденный дневной отдых (сон) |
| 16.10-16.30 | Полдник |
| 16.10-18.30 | Занятия в кружках, спортивных секциях, разновозрастных группах и объединениях, участие в общелагерных мероприятиях |
| 18.30-19.00 | Свободное время, тихие игры, индивидуальные чтения |
| 19.00-20.00 | Ужин |
| 20.00-21.00  20.00-21.30 | Вечера отдыха, костры, просмотр кинофильмов, отрядные мероприятия |
| 20.00-21.0 | Сонник (2 ужин) |
| 21.00-21.30  21.30-22.00. | Вечерний туалет |
| 21.30-8.00  22.00-8.00 | Сон |