УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГУО «Оздоровительный лагерь «Родничок» Стародорожского района»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Ф.Самсонович

«23» июля 2024 г.

**Распорядок дня**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Время проведения*** | ***Мероприятия*** |
| 8.00-8.10 | **Подъем**, уборка постелей |
| 8.10-8.25 | Зарядка |
| 8.25-8.40 | Закаливающие мероприятия, утренний туалет |
| **9.00-9.20** | **Завтрак** |
|  9.00-9.10 | Линейка |
| 9.10-10.00 | Мероприятия в отрядах |
| **10.00-10.15** | **Второй завтрак** |
| 10.30-12.30 | Учебно-тренировочные занятия по видам спорта |
| 12.45-13.40 | Свободное время, занятия по интересам, мероприятия в отрядах |
| **13.00-13.20** | **Обед** |
| 14.00-16.00 | Дневной сон |
| **16.00-16.15** | **Полдник** |
| 16.30-18.00 | Учебно-тренировочные занятия по видам спорта |
| 18.40 -19.00 | **Ужин** |
| **19.00-19.30** | Свободное время, занятия по интересам, мероприятия в отрядах |
| 19.30-20.00 | Общелагерное мероприятие |
| **20.00-20.20** | **Второй ужин** |
| 21.00-21.50 | Танцевальный вечер |
| 21.50-22.00 | Вечерний туалет, подготовка ко сну |
| 22.00 | **Отбой** |

 УТВЕРЖДАЮ

 Директор

 ГУО «Оздоровительный

 лагерь «Родничок»

Стародорожского района» \_\_\_\_\_\_\_ О.Ф.Самсонович

 23 июля 2024 года

**График приема пищи**

**Завтрак**

9.20

**Второй завтрак**

10.20

**Обед**

13.20

**Полдник**

16.00

**Ужин**

18.40

**Второй ужин**

 20.00