У Т В Е Р Ж Д А Ю

 Директор МБУ ДООЦ «Янтарь»

 Сухоруков П.Ю.

 17.03.2025 г.

**Режим дня**

Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования оздоровительного центра «Янтарь» Миллеровского района на летний оздоровительный сезон 2025 года**.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Распорядок дня** | **Для детей** **до 7 лет** | **Для детей старше 7 лет** |
| Подъём | 8.00  | 8.00  |
| Утренняя зарядка | 8.15-8.25 | 8.15-8.30 |
| Водные процедуры, туалет, уборка постелей (самообслуживание) | 8.30 - 8.55 | 8.30 - 8.55 |
| Завтрак | 9.00 - 9.30 | 9.00 - 9.30 |
| Уборка помещений , территории (самообслуживание). | 9.30-10.00 | 9.30-10.00 |
| Работа отрядов, звеньев, кружков, участие детей в их работе. | 10.00-11.10 | 10.00 - 11.10 |
| Оздоровительные гигиенические процедуры: воздушные и солнечные ванны, прогулки, душ, купание, обучение плаванию, спортивные мероприятия | 11.10-12.30 | 11.10-12.30 |
| Свободное время | 12.30-13.00 | 12.30 -13.00 |
| Обед | 13.00-13.30 | 13.00-13.30 |
| Дневной сон (тихий час) | 13.30 -16.00 | 14.00-16.00 |
| Полдник | 16.00 -16.20 | 16.00-16.20 |
| Оздоровительные процедуры, прогулки, купание, занятия в кружках, спортивных секциях, участие в общелагерных мероприятиях | 16.20 -18.30 | 16.20 -18.30 |
| Свободное время, тихие игры, индивидуальное чтение | 18.30-19.00 | 18.30-19.00 |
| Ужин | 19.00-19.30 | 19.00-19.30 |
| Вечерние мероприятия, дискотеки, просмотр кинофильмов | 19.30 - 20.30 | 19.30 - 21.30 |
| Второй ужин | 20.30-20.50 | 20.30- 20.50 |
| Вечерний туалет (подготовка ко сну) | 20.50-21.00 | 21.45-22.00 |
| Ночной сон (отбой) | 21.00-08.00 | 22.00-08.00 |

 **ПРИМЕЧАНИЕ**: В зависимости от сложившейся ситуации на территории отдыха и погодных условий, в режим дня могут быть внесены изменения только распоряжением директора оздоровительного центра