**РЕЖИМ ДНЯ**

профильного оздоровительного лагеря

с круглосуточным пребыванием

23.06.2023-01.07.2023

|  |  |
| --- | --- |
| **7.30** | Подъем |
| **7.45-8.00** | Зарядка  |
| **8.00-8.30** | Утренний туалет. Наведение порядка в комнатах |
| **8.30** | Завтрак |
| **9.00-9.30** | Занятия по интересам |
| **9.30-13.00** | Отрядные (общелагерные) воспитательные мероприятия |
| **13.30-14.00** | Обед |
| **14.00-16.45** | Тихий час |
| **17.00-17.15** | Полдник |
| **17.30-19.00** | Отрядные (общелагерные) воспитательные мероприятия |
| **19.00-19.30** | Ужин |
| **19.30-20.00** | Занятия по интересам |
| **20.00-21.30** | Дискотека на свежем воздухе |
| **21.30-21.45** | Второй ужин |
| **21.45-22.30** | Подготовка ко сну: гигиенические процедуры |
| **22.30-7.30** | Сон  |