|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Элементы распорядка дня** | **Для детей 6-9 лет** | **Для детей 10-16 лет** |
| 1 | Подъем и уборка постелей | 8.00 — 8.10   | 8.00 — 8.10   |
| 2 | Утренняя гимнастика | 8.10 – 8.30 | 8.10 – 8.30 |
| 3 | Утренний туалет | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 |
| 4 | Утренняя линейка | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 |
| 5 | Завтрак | 9.00 – 10.00 | 9.00 – 10.00 |
| 6 | Работа отрядов, звеньев, кружков, участие детей в общелагерных мероприятиях | 10.00 – 12.00 | 10.00 – 12.00 |
| 7 | Оздоровительные гигиенические процедуры (воздушные и солнечные ванны, душ, купание), обучение плаванию | 10.00 – 12.00 16.30  -18.30 | 10.00 – 12.00 16.30-   18.30 |
| 8 | Свободное время | 12.00 – 13.00 | 12.00 – 13.00 |
| 9 | Обед | 13.00 – 14.00 | 13.00 – 14.00 |
| 10 | Послеобеденный отдых | 14.00 – 16.00 | 14.00 – 16.00 |
| 11 | Полдник | 16.00 – 16.30 | 16.00 – 16.30 |
| 12 | Занятия в кружках, спортивных секциях, разнообразных группах и объединениях, участие в общелагерных мероприятиях | 16.30 – 18.30   | 16.30 – 18.30   |
| 13 | Свободное время  | 18.30 – 19.00 | 18.30 – 19.00 |
| 14 | Ужин | 19.00 – 20.00 | 19.00 – 20.00 |
| 15 | Вечера, костры и другие отрядные мероприятия | 20.00 – 21.00 | 20.00 – 21.00 |
| 16 | Сонник | 21.00-21.15 | 21.00 – 21.15 |
| 17 | Дискотека | ————— | 21.15   -22.30 |
| 18 | Вечерний туалет | 21.15 – 22.00 | 22.30 – 23.00 |
| 19 | Сон | 22.00 – 8.00 | 23.00 – 8.00 |