

**Приложение 3**  
к программе воспитательной работы  
загородного лагеря отдыха и оздоровления детей  
имени Саши Чекалина

**РЕЖИМ ДНЯ**

загородного лагеря отдыха и оздоровления детей им. Саши Чекалина  
структурного подразделения МАУ ДО ДООЦ «Юность» г. Горнозаводска

Пребывание детей	Элементы режима дня
с 08.00 до 22.30 часов	
Подъем	08.00
Зарядка	08.15
Уборка комнат	08.30
Завтрак	09.00
Активный отдых, оздоровительные процедуры: воздушные ванны, солнечные ванны, внутриотрядные и общелагерные мероприятия	09.30 – 13.00
Свободное время	13.00 – 13.30
Обед	13.30
Тихий час	14.00 – 15.30
Полдник	15.30
Активный отдых, оздоровительные процедуры: воздушные ванны, солнечные ванны, внутриотрядные и общелагерные мероприятия	16.00 – 18.00
Свободное время	18.00 – 19.00
Ужин	19.00
Общелагерные мероприятия	20.00
Второй ужин	21.30
Подготовка ко сну	22.00
Сон	22.30