

РЕЖИМ ДНЯ
палаточного военно-патриотического лагеря «Гвардеец»
с круглосуточным пребыванием детей на базе СОШ п. Сорум

Мероприятие	Время	Примечание
Подъем	7.00 - 07.10	Командиры отделений в 06.50
Построение.	07.10 – 07.15	
Зарядка	07.15 – 07.45	
Заправка постелей, наведение порядка на территории, утренний туалет	07.45 – 08.15	
Утренний осмотр	08.15 – 09.00	
Завтрак	09.00 – 09.30	
Спортивные мероприятия, прогулки, общественно-полезный труд	09.30 – 11.20	
гигиенические процедуры	11.20 – 11.30	
Второй завтрак	11.30 – 12.00	
Спортивные мероприятия, прогулки, общественно-полезный труд	12.00 - 13.35	
Личное время	13.35 – 13.50	
гигиенические процедуры	13.50 – 14.00	
Обед	14.00 - 14.30	
Послеобеденный отдых	14.30 - 15.00	
Самоподготовка.	15.00 – 16.00	
гигиенические процедуры	16.00 – 16.10	
Полдник	16.10 – 16.35	
Подготовка к мероприятиям	16.35 - 17.00	
Культурно-воспитательная работа по плану	17.00 – 17.50	
Спортивно-массовая работа: игры, соревнования	17.50 – 18.50	
гигиенические процедуры	18.50 – 19.00	
Ужин	19.00 - 19.20	
Личное время	19.20 - 20.30	
Большой круг: Подведение итогов дня. Вечерняя поверка	20.30 - 21.30	
гигиенические процедуры	21.30 - 22.00	
Отбой	22.00	Командиры отделений в 22.15