



Общество с ограниченной ответственностью «Центр Мир»
(ООО «Центр Мир»)

**Детский санаторный оздоровительный лагерь
«Мир»**

УТВЕРЖДЕН

Приказом ООО «Центр Мир»
от 01 ноября 2019г. № 312

Режим дня в ДСОЛ «Мир»

осенний-весенний период	летний период
08.30 – подъём	08.00 – подъём
08.45 – зарядка	08.00 – гигиенические процедуры
09.00 – завтрак	08.15 – зарядка
09.30 – утренний сбор отряда	08.30 – утренний сбор отряда
10.00 – бассейн, школьные занятия, экскурсии, кружки, отрядная работа (по отрядному плану работы), медицинские процедуры	09.00 – завтрак
13.00 – обед	09.30 – кислородный коктейль
14.00 – тихий час	10.00 – море, бассейн, экскурсии, кружки, медицинские процедуры, отрядная работа (по отрядному плану работы)
15.45 – полдник, фиточай	13.00 – обед
16.00 – бассейн, школьные занятия, экскурсии, кружки, отрядная работа (по отрядному плану работы), медицинские процедуры	14.00 – тихий час
19.00 – ужин	15.45 – полдник, фиточай
19.45 – вечернее мероприятие	16.00 – море, бассейн, экскурсии, кружки, медицинские процедуры, отрядная работа (по отрядному плану работы)
21.00 – сонник, дискотека	19.00 – ужин
21.45 – вечерний огонек	20.00 – вечернее мероприятие
22.00 – гигиенические процедуры	21.00 – сонник (второй ужин)
22.30 – отбой	21.30 – дискотека
	22.15 – вечерний огонек
	22.30 – гигиенические процедуры
	23.00 – отбой