


СОГЛАСОВАНО

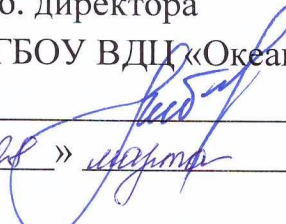
Главный врач

  
\_\_\_\_\_ Е.А. Коротких  
«28» марта 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора

ФГБОУ ВДЦ «Океан»

  
\_\_\_\_\_ Г.Г. Рыбкин  
«28» марта 2025 год

Режим дня

4 смена (06 апреля – 19 апреля 2025 года)

Программа «Орлята России»

08:00	Подъем
08:05 – 08:20	Зарядка / Прогулка / по понедельникам – ритуал поднятия Государственного флага и исполнение государственного гимна РФ
08:20 – 08:50	Утренние гигиенические процедуры
08:50 – 09:20	Завтрак / Проветривание
09:45 - 12:50	Образовательные события, согласно ПООС
13:00 – 13:30	Обед / Проветривание
13:30 – 14:35	«Штиль» (время отдыха) / «Время звонить домой» / Прогулки
14:35 – 16:00	Образовательные события, согласно ПООС
16:00 – 16:40	Полдник
16:40– 18:05	Образовательные события, согласно ПООС
18:10 – 18:50	«Время звонить домой» / Прогулки
18:50 – 19:20	Ужин / Проветривание
19:30 – 20:30	Образовательные события, согласно ПООС
20:30 – 20:45	II ужин
20:50 – 21:05	Сбор-анализ дня
21:05 – 22:00	Время личной гигиены, подготовка ко сну
22:00	Отбой

Заместитель начальника



В.В. Цой