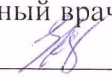


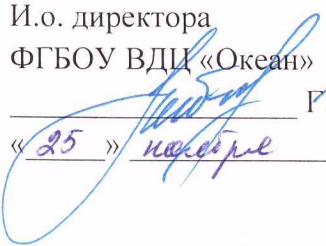
СОГЛАСОВАНО

Главный врач

 Е.А. Коротких
« 25 » ноября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора
ФГБОУ ВДЦ «Океан»

 Г.Г. Рыбкин
« 25 » ноября 2025 год

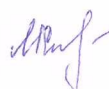
Режим дня

14 смена (с 07.12.2025 г. по 28.12.2025 г.)

Программы: «Техноканикулы», «Моя федерация: истоки»

08:00	Подъем
08:00 – 08:30	Утренние гигиенические процедуры
08:30 – 08:50	Зарядка / Прогулка / по понедельникам – ритуал поднятия Государственного флага и исполнение государственного гимна РФ
08:50 – 09:20	Завтрак / Проветривание
09:20 - 12:30	Уроки в школе / Образовательные события согласно ПООС
12:30 – 13:00	Прогулка
13:00 – 13:30	Обед / Проветривание
13:30 – 14:30	«Штиль» (время отдыха) / «Время звонить домой» / Прогулки
14:30 – 16:00	Уроки в школе / Образовательные события согласно ПООС
16:00 – 16:30	Полдник
16:30– 18:00	Уроки в школе / Образовательные события, согласно ПООС
18:00 – 18:50	«Время звонить домой» / Прогулки
18:50 – 19:20	Ужин / Проветривание
19:30 – 20:30	Образовательные события, согласно ПООС / прогулки
20:30 – 20:45	II ужин
20:50 – 21:10	Сбор-анализ дня
21:10 – 22:30	Время личной гигиены, подготовка ко сну
22:30	Отбой
Ежедневно с 9:30 до 18:00 проводится кварцевание детских кубриков (комнат)	

Начальник



Е.Г. Мирошников