

СОГЛАСОВАНО

Главный врач

Е. А. Коротких

« 25 » ноября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
по образовательной деятельности

Г.Г. Рыбкин

« 25 » ноября 2025 г.

Режим дня

Дружина «Тигрёнок»

(14 смена 2025 года, программа «Моя федерация: Истоки»)

07 ⁵⁰	Подъём
07 ⁵⁵ – 08 ¹⁰	Утренняя прогулка / Тематическая зарядка
08 ¹⁰ – 08 ⁴⁰	Утренние режимные моменты / Уборка домиков / комнат, территории / Информационный сбор
08 ⁴⁵ – 09 ¹⁰	Завтрак / Проветривание помещений (15 минут)
09 ²⁰ – 12 ⁵⁰	Уроки в школе / Профильные занятия / Отрядные события / События по программе смены / Отрядные и дружинные события / Посещение подразделений ДРК / Подвижные и спортивные игры / Прогулки / Музыкальные часы / Время работы органов самоуправления
13 ⁰⁰ – 13 ³⁰	Обед / Проветривание помещений (15 минут)
13 ³⁰ – 14 ³⁰	«Штиль» (Время отдыха) / Время личной гигиены / «Привет из «Океана»! (время звонить домой) / Прогулка, час настольных игр, чтение книг
14 ³⁰ – 16 ⁰⁰	Уроки в школе / Профильные занятия / Отрядные события / События по программе смены / Отрядные и дружинные события / Посещение подразделений ДРК / Подвижные и спортивные игры / Прогулки / Музыкальные часы / Время работы органов самоуправления
16 ¹⁰ – 16 ³⁰	Полдник / Проветривание помещений (15 минут)
16 ²⁰ – 18 ⁰⁰	Уроки в школе / Профильные занятия / Отрядные события / События по программе смены / Отрядные и дружинные события / Посещение подразделений ДРК / Подвижные и спортивные игры / Прогулки / Музыкальные часы / Время работы органов самоуправления
18 ¹⁰ – 18 ⁴⁰	Ужин / Проветривание помещений (15 минут)
18 ⁴⁰ – 19 ³⁰	«Привет из «Океана»! (время звонить домой) / Подготовка к отрядным, дружинным событиям / Прогулки
19 ³⁰ – 20 ⁵⁰	Дружинные мероприятия / Профильные занятия / Образовательные события согласно ПООС / Отрядные события / Прогулки / «Время спорта!»
20 ⁴⁵ – 21 ⁰⁰	II ужин / Проветривание помещений (15 минут)
21 ⁰⁵ – 21 ¹⁵	Сбор-анализ дня
21 ¹⁵ – 21 ⁵⁵	Время личной гигиены, подготовка ко сну
22 ⁰⁰ – 22 ³⁰	Отбой

Начальник

П. П. Лаптев