

**РАСПОРЯДОК ДНЯ**  
**Центра детского отдыха «Солнечный» ООО «Отдых-71»**

<b>8.00 – 8.30</b>	<b>Подъем, уборка в комнатах, утренний туалет</b>
<b>8.30 – 9.00</b>	<b>Утренняя зарядка</b>
<b>9.00 – 9.30</b>	<b>Завтрак 1 смена</b>
<b>10.00 - 10.30</b>	<b>Завтрак 2 смена</b>
<b>10.00 – 13.00</b>	<b>Спортивные мероприятия</b>
<b>10.00 – 13.00</b>	<b>Трудовые дела, работа по отрядным планам, занятия по интересам, личное время ребенка</b>
<b>13.00 – 14.00</b>	<b>Обед 1 смена</b>
<b>14.00 – 14.30</b>	<b>Обед 2 смена</b>
<b>14.30 - 16.30</b>	<b>Тихий час</b>
<b>16.30 – 17.00</b>	<b>Полдник</b>
<b>17.00 – 19.00</b>	<b>Занятия по интересам, культурно-массовые мероприятия</b>
<b>19.00 – 19.30</b>	<b>Ужин 1 смена</b>
<b>20.00 – 20.30</b>	<b>Ужин 2 смена</b>
<b>20.00 – 21.30</b>	<b>Дискотека, просмотр фильмов, вечерние отрядные мероприятия</b>
<b>21.30</b>	<b>Второй ужин</b>
<b>21.30 – 22.00</b>	<b>Вечерняя рефлексия</b>
<b>22.00-22.30</b>	<b>Личное время ребенка</b>
<b>22.30 – 22.30</b>	<b>Подготовка ко сну</b>
<b>22.30-23.00</b>	<b>Отбой</b>