СОГЛАСОВАНО
И.о. главного врача
_____ Е. В. Третьякова
«19» октября 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по
образовательной деятельности
ФГБОУ ВДЦ «Океан»
_____ Г.Г. Рыбкин
«19» октября 2026 г.

Режим дня
Дружина «Тигрёнок»
(12 смена 2026 года, программы «Лифт в будущее»,
«Междисциплинарная проектная школа»

08^{00}	Подъём
08^{00} – 08^{10}	Утренняя прогулка / тематическая зарядка
08^{10} – 08^{30}	Утренние режимные моменты/Уборка комнат, территории/Информационный сбор
08^{40} – 09^{10}	Завтрак / проветривание помещений *(15 минут)*
09^{20} – 12^{50}	Профильные занятия / Уроки в школе / События по программе смены /Отрядные и дружинные события / Посещение подразделений ДРК / Подвижные и спортивные игры / Прогулки / Музыкальные часы / Время работы органов самоуправления
13^{40} - 14^{10}	Обед / проветривание помещений *(15 минут)*
14^{15} – 14^{30}	«Штиль» *(Время отдыха)* / «Привет из «Океана»! *(время звонить домой)*
14^{35} – 16^{00}	Профильные занятия / Уроки в школе / 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^{40} – 18^{05}	Профильные занятия / Уроки в школе / 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 / «Время спорта!»
19^{30} – 20^{55}	Дружинные мероприятия / Профильные занятия / Отрядные события / Прогулки
20^{55} – 21^{15}	II ужин / проветривание помещений *(15 минут)*
21^{15} – 21^{35}	Сбор-анализ дня
21^{35} – 21^{00}	Время личной гигиены, подготовка ко сну
22^{00} – 22^{30}	Отбой

Начальник дружины «Тигрёнок» **П.П. Лаптев**