


СОГЛАСОВАНО

И. о. Главного врача

 Н. В. Накрайникова

«21» апреля 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

И. о. директора

 ФГБОУ ВДЦ «Океан»

Н.А. Семиюда

«24» апреля 2026 г.

Режим дня

Дружина «Тигрёнок»

(5 смена 2026 года, программы «Мастер игры+», «Мастер игры»)

07 ⁵⁰	Подъём
07 ⁵⁵ – 08 ¹⁰	Утренняя прогулка / Тематическая зарядка
08 ¹⁰ – 08 ⁴⁰	Утренние режимные моменты / Уборка комнат, территории / Информационный сбор
08 ⁴⁵ – 09 ¹⁰	Завтрак / Проветривание помещений (15 минут)
09 ²⁰ – 12 ⁵⁰	Уроки в школе / События по программе смены / Дружинные и отрядные события / Прогулки / Музыкальные часы / Время работы органов самоуправления / «Время спорта!»
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 / События по программе смены / Дружинные и отрядные события / Прогулки / Музыкальные часы / Время работы органов самоуправления / «Время спорта!»
16 ¹⁰ – 16 ³⁰	Полдник / Проветривание помещений (15 минут)
16 ²⁰ – 18 ⁰⁰	Уроки в школе / События по программе смены / Дружинные и отрядные события / Прогулки / Музыкальные часы / Время работы органов самоуправления / «Время спорта!»
19 ¹⁰ – 19 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 и отрядные мероприятия / 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