

СОГЛАСОВАНО

Главный врач

Е. А. Коротких

«25» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора

по образовательной деятельности

ФГБОУ ВДЦ «Океан»

Г.Г. Рыбкин

«25» августа 2026 г.

Режим дня

Дружина «Тигрёнок»

(10 смена 2026 года, программы «Мир открытый», «Океанская экспедиция»)

08 ⁰⁰	Подъём
08 ¹⁰ – 08 ²⁰	Утренняя прогулка / тематическая зарядка
08 ²⁰ – 08 ⁴⁰	Утренние режимные моменты/Уборка домиков, территории/Информационный сбор
08 ⁴⁰ – 09 ¹⁰	Завтрак / проветривание помещений (15 минут)
09 ⁴⁵ – 12 ⁵⁰	Профильные занятия / 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 ⁴⁰ – 14 ³⁰	«Штиль» (Время отдыха) / «Привет из «Океана»! (время звонить домой)
14 ³⁵ – 16 ⁰⁰	Профильные занятия / 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 / События по программе смены /Отрядные и дружинные события / Посещение подразделений ДРК / Подвижные и спортивные игры / Прогулки / Музыкальные часы / Время работы органов самоуправления
18 ¹⁵ – 18 ⁴⁵	Ужин / проветривание помещений (15 минут)
18 ⁵⁰ – 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