Распорядок дня

спортивно-оздоровительного лагеря ДЮСШ «Крепыш»

на базе ФОК «АкваСтар»

с 01 по 21 июня 2022 года

|  |  |
| --- | --- |
| 8:30 | Сбор учащихся, линейка |
| 8:35-8:45 | Утренняя гимнастика |
| 8:45-9-20 | Профилактические мероприятия  и оздоровительные процедуры |
| 9:20-9:40 | Завтрак |
| 9:40-10:30 | Процедуры по соблюдению и выполнению правил личной гигиены |
| 10:30-12:00 | Учебно-тренировочные занятия  и соревнования |
| 12:00-13:20 | Культурно-массовые, развлекательные  и физкультурно-оздоровительные мероприятия |
| 13:20-13:50 | Обед |
| 13:50-14:50 | Послеобеденный отдых, просмотр телепередач, экскурсии, конкурсы |
| 14:50-15:00 | Полдник |
| 15:00-15:30 | Подведение итогов дня |
| 15:30 | Уход домой |