|  |  |
| --- | --- |
| **Элементы режима дня**  | **Время проведения** |
| Сбор детей, зарядка  | 8.30-8.45 |
| Утренняя зарядка | 8.45-9.00 |
| Утренняя линейка  | 9.00-9.10 |
| Медицинская беседа «На волне здоровья» | 9.10-9.25 |
| Завтрак  | 9.30-10.00 |
| Теоретическая подготовка «Школа юного судьи по спорту» | 10.00-11.00 |
| Тренировочные мероприятия Работа по плану отрядов, посещение культурно-спортивных учреждений, общелагерные мероприятия | 11.00-12.30 |
| Оздоровительные процедуры | 12.30-13.00 |
| Обед  | 13.00-13.30 |
| Дневной сон для детей младше 10 летСвободное время для детей старше 10 лет | 13.30-15.00 |
| Полдник | 15.00-15.30 |
| Занятия по интересам | 15.30-16.15 |
| Тренировочные мероприятия Работа по плану отрядов, работа кружков | 16.15-17.45 |
| Уход детей домой  | 18.00 |

