

# Всероссийский детский Центр

## «Орленок»

---

Приказ

О режиме дня

на летний оздоровительный сезон 2015 года.

С Целью соблюдения режима сна, бодрствования и питания детей, осуществления образовательно-оздоровительного процесса в летний период 2015 года, руководствуясь требованиями СанПин 2.4.4.1204-03 « Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы загородных стационарных учреждений отдыха и оздоровления детей» приказываю:

**Ввести с 30 мая по 30 сентября 2015 года следующий режим дня:**

**8.00-8.10 - подъем и уборка постелей;**

**8.15-8.45 - утренняя гимнастика, окунание в море;**

**9.00-9.30 - завтрак;**

**9.45-11.15 - занятия или тренировки;**

**11.15-11.45 - Солнечные ванны, купание в море, оздоровительные процедуры;**

**11.45 12.30 - воздушные ванны и подвижные игры в лесопарковой зоне (без пребывания на открытом солнце);**

**13.00-13.45 - обед;**

**14.00-15.30 - дневной отдых детей (ПЧМ);**

**15.45-16.00 - полдник;**

**16.15-18.00 - тренировки или занятия;**

**18.00-18.30 - купание в море, солнечные ванны;**

**18.30-19.00 - личное время детей;**

**19.00-19.30 - ужин;**

**19.40-21.40 - отрядные, общелагерные мероприятия;**

**21.45-22.00 - второй ужин;**

**22.00-22.30 - вечерний туалет, подготовка ко сну;**

**22.30 - отбой (ночной сон)**

Генеральный директор

ВДЦ «Орленок» А.В. Джеус