

Распорядок дня

7.30 – подъём

7.30-8.40 – утренняя зарядка, гигиенические процедуры

8.40 – завтрак

9.00-9.40 – информационная минутка (инструктажи, беседы)

9.40-10.15 – подготовка к работе

10.15-11.15 – работа

11.15-11.35 – перерыв

11.35-12.35 – работа

12.35-13.00 – свободное время

13.00-13.30 – обед

13.30-14.00 – воспитательные беседы, тренинги

14.00-15.30 – сон

15.30-16.30 – уборка постелей, гигиенические процедуры

16.30 – полдник

16.30-19.30 – Физкультурно-оздоровительные и культурно массовые мероприятия

19.30-20.00 – ужин

20.00-21.00 – дискотека

21.10- второй ужин

21.10-22.00 – свободное время

22.00-22.30 – подготовка ко сну

22.30 – сон