

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МАУ ДО «ДЮСШ № 2»

 С.В. Зайцева



РЕЖИМ ДНЯ
ДОЛ с дневным пребыванием «Академия спорта»
СК «Тобол»

| Время | Режимный момент | Примечание |
|------------------------------------|--|---|
| 08 ³⁰ -09 ⁰⁰ | ВСТРЕЧА ДЕТЕЙ, УТРЕННИЙ ФИЛЬТР, ЗАРЯДКА | Отряд №1 – запасной выход СК «Тобол» Отряд №2 – центральный вход СК «Тобол» Отряд №3 – вход в АБК со стороны футбольного поля Отряд №4 – вход в лыжный модуль |
| 09 ⁰⁰ -09 ¹⁰ | УТРЕННИЙ СБОР ОТРЯДА | Каждый в своем отрядном месте |
| 09 ¹⁵ -10 ¹⁵ | ЗАВТРАК | 09 ¹⁵ - отряд №1 09 ³⁰ - отряд №2 09 ⁴⁵ - отряд №3 10 ⁰⁰ - отряд №4 |
| 10 ¹⁵ -12 ⁰⁰ | РАБОТА ПО ПЛАНУ ОТРЯДОВ, КРУЖКИ, СЕКЦИИ | Видеоуроки в отрядных местах; мероприятия на свежем воздухе; онлайн и офлайн мероприятия в социальной сети ВКонтакте (группа ДОЛ «Академия спорта») |
| 12 ⁰⁰ -13 ⁰⁰ | РАБОТА КЛУБА «ЗДОРОВЬЕ» | Оздоровительные и закаливающие процедуры в отрядных местах или на свежем воздухе |
| 13 ¹⁵ -14 ³⁰ | ОБЕД | 13 ¹⁵ - отряд №1 13 ²⁵ - отряд №2 13 ⁴⁵ - отряд №3 14 ⁰⁵ - отряд №4 |
| 14 ⁰⁰ -14 ³⁰ | СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ | На свежем воздухе или в отрядных местах |
| 14 ³⁰ -16 ⁰⁰ | ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, СПОРТИВНЫЕ И КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ | Мероприятия внутри отрядов на уличных спортивных площадках Общие – с использованием дистанционных технологий |
| 16 ⁰⁰ -16 ⁴⁰ | ПОЛДНИК | 16 ⁰⁰ - отряд №1 16 ¹⁰ - отряд №2 16 ²⁰ - отряд №3 16 ³⁰ - отряд №4 |
| 16 ⁴⁰ -18 ⁰⁰ | РАБОТА ПО ПЛАНУ ОТРЯДОВ, КРУЖКИ, ЗАНЯТИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ | Видеоуроки в отрядных местах; мероприятия на свежем воздухе; онлайн и офлайн мероприятия в социальной сети ВКонтакте (группа ДОЛ «Академия спорта»); мероприятия внутри отрядов на уличных спортивных площадках |
| 18 ⁰⁰ | УХОД ДОМОЙ | |