



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУ ДО «ДЮСШ № 2»

С.В. Зайцева

РЕЖИМ ДНЯ
ДОЛ с дневным пребыванием «Академия спорта»
1 смена: 04.08-17.08.2020

Время	Режимный момент	Примечание
08 ³⁰ -08 ⁵⁰	ВСТРЕЧА ДЕТЕЙ, УТРЕННИЙ ФИЛЬТР, ЗАРЯДКА	Отряд №1 – центральный вход в СК «Тигренок» Отряд №2 – центральный вход СК «Олимп» Отряд №3 – запасной выход в зале бокса СК «Олимп» Отряд №4 – запасной выход в зале кудо СК «Тигренок»
08 ⁵⁰ -09 ⁰⁰	УТРЕННИЙ СБОР ОТРЯДА	Каждый в своем отрядном месте
09 ⁰⁰ -10 ⁰⁰	ЗАВТРАК	09 ⁰⁰ - отряд №1 09 ¹⁵ - отряд №2 09 ³⁰ - отряд №3 09 ⁴⁵ - 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 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	ОБЕД	13 ⁰⁰ - отряд №1 13 ¹⁵ - отряд №2 13 ³⁰ - отряд №3 13 ⁴⁵ - 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 ³⁰	ПОЛДНИК	16 ⁰⁵ - отряд №1 16 ¹⁰ - отряд №2 16 ¹⁵ - отряд №3 16 ²⁰ - отряд №4
16 ³⁰ -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	