**Режим дня на летний период 2017 года отряд №1:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятия | Время выполнения | Продолжительность (в минутах) |
| 1 | Подъем, уборка постелей.  Измерение температуры тела. | 07.00 – 07.20 | 20 |
| 2 | Утренняя гимнастика. | 07.20 – 07.40 | 20 |
| 3 | Терренкур. | 07.40 – 08.00 | 20 |
| 4 | Первый завтрак. | 08.00 – 08.20 | 20 |
| 5 | Обход лечащего врача. | 08.20 – 9.40 | 80 |
| 6 | Прием процедур в лечебном корпусе.  Прием кислородных коктейлей. | 8.45 – 9.40 (понедельник/четверг)  10.30 – 11.00 (пятница) | 30 - 40 |
| 7 | Выход к морю. Талассотерапия.  Подъем с моря. | 10.10 – 10.50 | 40 |
| 8 | Второй завтрак. | 11.20 – 11.30 | 15 |
| 9 | Физкультурные мероприятия на спортивных клетках (по графику)/культмассовые мероприятия под музыку/ трудотерапия (благоустройство и украшение территории)/баня (понедельник, четверг). | 11.35 – 12.15 | 40 |
| 10 | Уборка в палатах. | 12.20 – 12.40 | 20 |
| 11 | Обед. | 12.50 – 13.10 | 20 |
| 12 | Прием лекарственных препаратов.  Подготовка к тихому часу. | 13.20 – 14.00 | 40 |
| 13 | Тихий час. | 14.00 – 16.00 | 2 часа |
| 14 | Измерение температуры тела.  Обход дежурного врача. | 16.00 – 16.15 | 15 |
| 15 | Полдник. | 16.20 – 16.35 | 15 |
| 16 | Выход к морю.  Морские купания. Подъем с моря. | 16.30 – 17.10 | 40 |
| 17 | Культмассовые мероприятия на свежем воздухе. | 17.20 – 18.50 | 1,5 часа |
| 18 | Ужин. | 18.50 – 19.10 | 20 |
| 19 | Игры малой подвижности. | 19.10 – 19.50 | 40 |
| 20 | Второй ужин. | 20.00 – 20.20 | 20 |
| 21 | Подготовка ко сну, вечерняя гигиена. | 20.20 – 21.00 | 40 |
| 22 | Отбой. | 21.00 – 07.00 | 10 часов |

**Режим дня на летний период 2017 года отряд №2:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятия | Время выполнения | Продолжительность (в минутах) |
| 1 | Подъем, уборка постелей.  Измерение температуры тела. | 07.00 – 07.20 | 20 |
| 2 | Утренняя гимнастика. | 07.20 – 07.40 | 20 |
| 3 | Терренкур. | 07.40 – 08.00 | 20 |
| 4 | Первый завтрак. | 08.00 – 08.20 | 20 |
| 5 | Обход лечащего врача. | 08.20 – 9.40 | 80 |
| 6 | Прием процедур в лечебном корпусе.  Прием кислородных коктейлей. | 09.45 – 10.20 (понедельник/четверг)  12.15 – 12.45 (пятница) | 30 - 40 |
| 7 | Выход к морю. Талассотерапия.  Подъем с моря/баня (суббота). | 10.20 – 11.00 | 40 |
| 8 | Второй завтрак. | 11.20 – 11.35 | 15 |
| 9 | Физкультурные мероприятия на спортивных клетках (по графику)/культмассовые мероприятия под музыку/трудотерапия (благоустройство и украшение территории)/баня (среда, суббота). | 11.35 – 12.15 | 40 |
| 10 | Уборка в палатах. | 12.20 – 12.40 | 20 |
| 11 | Обед. | 12.50 – 13.10 | 20 |
| 12 | Прием лекарственных препаратов.  Подготовка к тихому часу. | 13.20 – 14.00 | 40 |
| 13 | Тихий час. | 14.00 – 16.00 | 2 часа |
| 14 | Измерение температуры тела.  Обход дежурного врача. | 16.00 – 16.15 | 15 |
| 15 | Полдник. | 16.20 – 16.35 | 15 |
| 16 | Выход к морю.  Морские купания. Подъем с моря. | 16.30 – 17.10 | 40 |
| 17 | Культмассовые мероприятия на свежем воздухе. | 17.20 – 18.50 | 1,5 часа |
| 18 | Ужин. | 18.50 – 19.10 | 20 |
| 19 | Культмассовые мероприятия, игры, дискотека. | 19.10 – 19.50 | 40 |
| 20 | Второй ужин. | 20.00 – 20.20 | 20 |
| 21 | Подготовка ко сну, вечерняя гигиена. | 20.20 – 21.00 | 40 |
| 22 | Отбой. | 21.00 – 07.00 | 10 часов |

**Режим дня на летний период 2017 года отряд №3:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятия | Время выполнения | Продолжительность (в минутах) |
| 1 | Подъем, уборка постелей.  Измерение температуры тела. | 07.00 – 07.20 | 20 |
| 2 | Утренняя гимнастика. | 07.20 – 07.40 | 20 |
| 3 | Терренкур. | 07.40 – 08.00 | 20 |
| 4 | Первый завтрак. | 08.00 – 08.20 | 20 |
| 5 | Обход лечащего врача. | 08.20 – 9.40 | 1 час 20 минут |
| 6 | Выход к морю. Талассотерапия.  Подъем с моря. | 09.15 – 10.10 | 40 |
| 7 | Прием процедур в лечебном корпусе.  Прием кислородных коктейлей/баня (пятница) | 10.25 – 11.20 (понедельник/четверг)  11.40 – 12.15 (пятница) | 30 - 40 |
| 8 | Второй завтрак. | 11.20 – 11.35 | 15 |
| 9 | Физкультурные мероприятия на спортивных клетках (по графику)/культмассовые мероприятия под музыку/трудотерапия (благоустройство и украшении территории)/баня (вторник, пятница). | 11.35 – 12.15 | 40 |
| 10 | Уборка в палатах. | 12.20 – 12.40 | 20 |
| 11 | Обед. | 12.50 – 13.10 | 20 |
| 12 | Прием лекарственных препаратов.  Подготовка к тихому часу. | 13.20 – 14.00 | 40 |
| 13 | Тихий час. | 14.00 – 16.00 | 2 часа |
| 14 | Измерение температуры тела.  Обход дежурного врача. | 16.00 – 16.15 | 15 |
| 15 | Полдник. | 16.20 – 16.35 | 15 |
| 16 | Выход к морю.  Морские купания. Подъем с моря. | 16.50 – 17.30 | 40 |
| 17 | Культмассовые мероприятия на свежем воздухе.т | 17.30 – 18.50 | 1,5 часа |
| 18 | Ужин. | 18.50 – 19.10 | 20 |
| 19 | Культмассовые мероприятия, игры, дискотека. | 19.10 – 19.50 | 40 |
| 20 | Второй ужин. | 20.00 – 20.20 | 20 |
| 21 | Подготовка ко сну, вечерняя гигиена. | 20.20 – 21.00 | 40 |
| 22 | Отбой. | 21.00 – 07.00 | 10 часов |

**Режим дня на летний период 2017 года отряд №6**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятия | Время выполнения | Продолжительность (в минутах) |
| 1 | Подъем, уборка постелей.  Измерение температуры тела. | 07.00 – 07.20 | 20 |
| 2 | Утренняя гимнастика. | 07.20 – 07.40 | 20 |
| 3 | Терренкур. | 07.40 – 08.00 | 20 |
| 4 | Первый завтрак. | 08.20 – 08.40 | 20 |
| 5 | Обход лечащего врача. | 08.20 – 9.40 | 1 час 20 минут |
| 6 | Выход к морю. Талассотерапия.  Подъем с моря/баня (среда, суббота). | 09.15 – 10.10 | 40 |
| 7 | Второй завтрак. | 10.05 – 10.20 | 15 |
| 8 | Физкультурные мероприятия на спортивных клетках (по графику)/культмассовые мероприятия под музыку/трудотерапия (благоустройство и украшении территории). | 10.25 – 11.55 | 1,5 часа |
| 9 | Уборка в палатах. | 12.00 – 12.20 | 20 |
| 10 | Прием процедур в лечебном корпусе.  Прием кислородных коктейлей. | 12.25 – 13.00 (понедельник/четверг)  12.45 – 13.15 (пятница) | 30 - 40 |
| 11 | Обед. | 13.20 – 13.40 | 20 |
| 12 | Прием лекарственных препаратов.  Подготовка к тихому часу. | 13.40 – 14.00 | 40 |
| 13 | Тихий час. | 14.00 – 16.00 | 2 часа |
| 14 | Измерение температуры тела.  Обход дежурного врача. | 16.00 – 16.15 | 15 |
| 15 | Полдник. | 16.40 – 17.05 | 15 |
| 16 | Выход к морю.  Морские купания. Подъем с моря. | 17.05 – 17.45 | 40 |
| 17 | Культмассовые мероприятия на свежем воздухе/баня. | 17.45 – 19.10 | 1,5 часа |
| 18 | Ужин. | 19.10 – 19.30 | 20 |
| 19 | Культмассовые мероприятия, игры, дискотека. | 19.10 – 19.50 | 40 |
| 20 | Второй ужин. | 20.20 – 20.40 | 20 |
| 21 | Подготовка ко сну, вечерняя гигиена. | 20.20 – 21.30 | 40 |
| 22 | Отбой. | 21.30 – 07.00 | 10 часов |

**Режим дня на летний период 2017 года отряд №4**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятия | Время выполнения | Продолжительность (в минутах) |
| 1 | Подъем, уборка постелей.  Измерение температуры тела. | 07.00 – 07.20 | 20 |
| 2 | Утренняя гимнастика. | 07.20 – 07.40 | 20 |
| 3 | Терренкур. | 07.40 – 08.00 | 20 |
| 4 | Первый завтрак. | 08.20 – 08.40 | 20 |
| 5 | Выход к морю. Талассотерапия.  Подъем с моря/баня (понедельник, четверг). | 08.20 – 09.00 | 40 |
| 6 | Второй завтрак. | 10.05 – 10.20 | 15 |
| 7 | Обход лечащего врача. | 10.25 – 11.45 | 1 час 20 минут |
| 8 | Физкультурные мероприятия на спортивных клетках (по графику)/культмассовые мероприятия под музыку/трудотерапия (благоустройство и украшении территории). | 10.25 – 12.05 | 40 |
| 9 | Уборка в палатах. | 12.05 – 12.25 | 20 |
| 10 | Прием процедур в лечебном корпусе.  Прием кислородных коктейлей. | 11.30 – 11.55 (вторник/среда)  12.00 – 12.25 (понедельник)  11.00 – 11.20 (пятница) | 25 |
| 11 | Обед. | 13.20 – 13.40 | 20 |
| 12 | Прием лекарственных препаратов.  Подготовка к тихому часу. | 13.40 – 14.00 | 40 |
| 13 | Тихий час. | 14.00 – 16.00 | 2 часа |
| 14 | Измерение температуры тела.  Обход дежурного врача. | 16.00 – 16.15 | 15 |
| 15 | Полдник. | 16.40 – 17.05 | 15 |
| 16 | Выход к морю.  Морские купания. Подъем с моря. | 17.30 – 18.10 | 40 |
| 17 | Культмассовые мероприятия на свежем воздухе. | 17.45 – 19.10 | 1,5 часа |
| 18 | Ужин. | 19.10 – 19.30 | 20 |
| 19 | Культмассовые мероприятия, игры, дискотека. | 19.10 – 19.50 | 40 |
| 20 | Второй ужин. | 20.20 – 20.40 | 20 |
| 21 | Подготовка ко сну, вечерняя гигиена. | 20.20 – 21.30 | 40 |
| 22 | Отбой. | 21.30 – 07.00 | 10 часов |

**Режим дня на летний период 2017 года отряд №5**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятия | Время выполнения | Продолжительность (в минутах) |
| 1 | Подъем, уборка постелей.  Измерение температуры тела. | 07.00 – 07.20 | 20 |
| 2 | Утренняя гимнастика. | 07.20 – 07.40 | 20 |
| 3 | Терренкур. | 07.40 – 08.00 | 20 |
| 4 | Первый завтрак. | 08.20 – 08.40 | 20 |
| 5 | Выход к морю. Талассотерапия.  Подъем с моря/баня (вторник, пятница). | 08.40 – 09.20 | 40 |
| 6 | Физкультурные мероприятия на спортивных клетках (по графику)/культмассовые мероприятия под музыку/трудотерапия (благоустройство и украшении территории). | 09.20 – 10.00 | 40 |
| 7 | Второй завтрак. | 10.05 – 10.20 | 15 |
| 8 | Обход лечащего врача. | 10.25 – 11.45 | 1 час 20 минут |
| 9 | Прием процедур в лечебном корпусе.  Прием кислородных коктейлей. | 11.30 – 11.55 (понедельник/четверг/пятница)  12.00 – 12.25 (вторник/среда) | 25 |
| 10 | Уборка в палатах. | 12.30 – 12.50 | 20 |
| 11 | Обед. | 13.20 – 13.40 | 20 |
| 12 | Прием лекарственных препаратов.  Подготовка к тихому часу. | 13.40 – 14.00 | 40 |
| 13 | Тихий час. | 14.00 – 16.00 | 2 часа |
| 14 | Измерение температуры тела.  Обход дежурного врача. | 16.00 – 16.15 | 15 |
| 15 | Полдник. | 16.40 – 17.05 | 15 |
| 16 | Культмассовые мероприятия на свежем воздухе. | 17.10 – 17.50 | 40 |
| 17 | Выход к морю.  Морские купания. Подъем с моря. | 17.50 – 18.30 | 40 |
| 18 | Культмассовые мероприятия на свежем воздухе. | 17.45 – 19.10 | 1,5 часа |
| 19 | Ужин. | 19.10 – 19.30 | 20 |
| 20 | Культмассовые мероприятия, игры, дискотека. | 19.10 – 19.50 | 40 |
| 21 | Второй ужин. | 20.20 – 20.40 | 20 |
| 22 | Подготовка ко сну, вечерняя гигиена. | 20.20 – 21.30 | 40 |
| 23 | Отбой. | 21.30 – 07.00 | 10 часов |