

Как проходит день в нашем лагере (или чем заняты дети в течение дня).

Если посчитать, сколько времени в летнем лагере дети находятся в активном передвижении, связанном с Программой дня, то несложно посчитать, куда уходят часы и минуты 21-дневного эпизода.

Итак, подъём в 8 утра, отбой в 23-00 – 15 часов ежедневно. Много это или мало? Как их проводят наши дети? Многие родители обеспокоены, не заскучают ли их чада в нашем лагере.

Давайте считать вместе!

- На приём пищи уходит 2 часа в день (5-разовое питание – завтрак, обед, ужин – по 30 мин., полдник и 2-й ужин – по 15 мин.). Не забываем, что это «шведский стол»;
- спортивные занятия, зарядка, туристические занятия, соревнования – 1,5 часа;
- купание на море – 3,5 часа (2 часа утром и 1,5 часа после полдника);
- посещение бассейна – 30 мин.
- дневной отдых – 1,5 часа;
- занятия в творческих, спортивных, познавательных, обучающих и др. студиях — 2 часа (1 час – в 1-й половине дня, 1 час – во 2-й половине дня);
- отрядные дела – 1 час;
- общелагерные мероприятия (конкурсы, праздники, фестивали, квесты и многое др.) – 1,5 часа;
- дискотеки, фильмы – 1,5 — 2 часа

15 часов использованы все до минуточки! И мы уверяем, что всё перечисленное проходит каждый день. А ещё – посещение конюшни, походы, экскурсии. И необходимо выкроить время для звонка домой, посидеть в Wi-Fi, просто поболтать с друзьями, посетить детское кафе.

Уважаемые родители! Мы гарантируем полноценный, интересный, насыщенный и, самое главное, безопасный отдых вашим детям.

Распорядок дня по часам.

8-00 – подъём

8-15 – утренняя зарядка (мы предлагаем несколько видов зарядки на выбор)

— игровая для малышей,

— фитнес-зарядка,

— утренний кросс для любителей бега с пробежкой к морю,

— йога у бассейна,

— силовая на турниках, тренажёрах,

— традиционная зарядка

8-30 – 9-00 – утренние гигиенические процедуры

9-00 – 10-00 – завтрак

10-00 -11-30 – море, солнце, пляж

12-00 – 13-00 – работа кружков, студий, игротеки, тренажёрного зала, посещение бассейна

13-00 – 14-00 – обед

14-00 – 16-00 – время отдыха

16-00 – полдник

16-30 – 17-45 – посещение пляжа, бассейна.

17-45 – 18-45 – спортивный час. Спортивные соревнования. Работа студий, кружков, игротеки, тренажёрного зала. Командные творческие дела.

18-45 – 19-30 – ужин

19-30 – 20-15 – командные программы

20-15 – 21-15 – общелагерные мероприятия

21-15 – 22-30 – дискотека, просмотр фильмов

22-30 – отрядные «свечки», сонник (5-е питание)

23-00 — отбой