

Утверждаю
Директор ОГБПОУ
«Костромской колледж бытового сервиса»



Е.А. Лебедева

Режим дня

Профориентационного лагеря с круглосуточным пребыванием обучающихся
на базе ОГБПОУ «Костромской колледж бытового сервиса»

№	Время	Мероприятия
1	8.00 - 8.15	подъём
2	8:15 - 8.30	утренние процедуры
3	8:30 - 8.45	уборка комнат
4	8.45 - 9.00	зарядка
5	9.00 - 9.30	завтрак
6	9.30 - 13.00	профориентационные мероприятия
7	13.00 - 13.30	свободное время
8	13.30 - 14.00	обед
9	14.00 - 15.30	тихий час
10	15.30 - 16.00	полдник
11	16:00 -18:00	активный отдых, спортивно-оздоровительные мероприятия
12	18:00 - 18:30	ужин
13	18:30 - 19.30	свободное время
14	19.30 - 21.00	культурно-досуговые мероприятия
15	21.00 - 21.30	второй ужин
16	21.30 - 22.00	свободное время
17	22.00 - 22.30	подготовка ко сну
18	22.30	сон