

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение - основная
общеобразовательная школа №8

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
Протокол № 2
от « 26 » марта 2026г



Программа
летней оздоровительной работы в дошкольных группах
на период с 01.06.2026г. по 31.07.2026г.

Тавда, 2026 год

Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учетом их индивидуальных способностей. Удовлетворение потребностей растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении

Задачи:

- реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей;
- создать комфортные условия для физического, психического, нравственного воспитания каждого ребенка, развития у них любознательности и познавательной активности;
- организовать здоровьесберегающий режим, обеспечивающий охрану жизни, предупреждение заболеваемости и детского травматизма;
- осуществлять просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

Принципы планирования оздоровительной работы:

- комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий;
- непрерывное проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- использование простых и доступных технологий;
- формирование положительной мотивации у детей, родителей и педагогов к проведению профилактических закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- повышение эффективности системы профилактических и оздоровительных мероприятий за счет соблюдения элементарных правил и нормативов: оптимального двигательного режима, физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплого режима и водоснабжения.

Оздоровительная и профилактическая работа

№ п/п	Содержание работы	Срок	Ответственные
1	Максимальное пребывание детей на свежем воздухе (утренний прием, гимнастика, физкультура, прогулки, развлечения)	в течение всего летнего периода (ЛОП)	инструктор по физической культуре Грачева М.Н., Белоусова О.Ю.
2	Создание условий для повышения двигательной активности детей на свежем воздухе путем расширения ассортимента выносного оборудования: оборудование для игр с водой	июнь, июль	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.
3	Проведение закаливающих и профилактических мероприятий - гигиеническое мытьё ног - гигиеническое полоскание рта после приёма пищи - сон при открытых окнах - солнечные и воздушные ванны - хождение босыми ногами по твердому грунту	июнь, июль	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.
4	Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми по развитию основных движений на прогулке	июнь, июль	инструктор по физической культуре Грачева М.Н., Белоусова О.Ю.
5	Беседы с детьми: - Лекарственные травы - Если хочешь быть здоров – закаляйся! - Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! - Правила личной гигиены - О пользе фруктов и овощей	июнь, июль	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.

Организационная работа

№ п/п	Содержание работы	Срок	Ответственные
1	Педагогический совет «Организация летней оздоровительной работы в дошкольных группах» Утверждение плана летней оздоровительной работы на период июнь, июль 2026 года	май	воспитатели групп, старший воспитатель Максимова Н.М., Сафронова В.В.
2	Инструктаж с сотрудниками детского сада: <ul style="list-style-type: none"> • По организации охраны жизни и здоровья детей; • Предупреждению детского травматизма; • Предупреждению отравления детей ядовитыми растениями и грибами; • Охране труда и выполнению требований ТБ на рабочем месте; • Оказанию первой помощи при солнечном и тепловом ударе; • Профилактике пищевых отравлений и кишечных инфекций 	май	Директор МКОУ-ООШ №8 Богданова Е.А.
3	Инструктаж с детьми - по предупреждению травматизма - соблюдение правил поведения во время выхода за территорию д/с - соблюдение правил поведения на природе	июнь, июль	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.
4	Издание приказов - О переходе на летний режим пребывания детей в дошкольных группах - Об организации питания детей летом	май	Директор МКОУ-ООШ №8 Богданова Е.А.
5	«Подготовка территории к летнему периоду»	май	Директор МКОУ-ООШ №8 Богданова Е.А. Завхоз Меньшенина Е.В.
6	Педагогический совет «Анализ летней оздоровительной работы»	сентябрь	воспитатели групп, старший воспитатель Максимова Н.М., Сафронова В.В.

Воспитательно-образовательная работа с детьми

№ п/п	Содержание работы	Группа	Срок	Ответственные
1	Организация работы в группах по летнему расписанию	все возрастные группы	в течение ЛОП	воспитатели групп, инструктор по физ. культуре Грачева М.Н., Белоусова О.Ю., музыкальный руководитель Хомикова О.Д.
2	Регулярное проведение развлечений и досуговых мероприятий с детьми согласно планам	все возрастные группы	в течение ЛОП	воспитатели групп, инструктор по физ. культуре Грачева М.Н., Белоусова О.Ю., музыкальный руководитель Хомикова О.Д.
3	Игровая деятельность, согласно требованиям программы	все возрастные группы	в течение ЛОП	воспитатели групп, инструктор по физ. культуре Грачева М.Н., Белоусова О.Ю., музыкальный руководитель Хомикова О.Д.
4	Работа с детьми по предупреждению бытового и дорожного травматизма. Беседы (с привлечением сотрудников ГИБДД), развлечения, игры по ознакомлению с правилами дорожного движения, экскурсии	все возрастные группы	в течение ЛОП	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.
5	Запуск новых проектов и продолжение работы по проектам (по выбору воспитателей)	средний и старший возраст	Июнь, июль	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.
6	Ознакомление с природой: беседы, прогулки, экскурсии в ближайшее природное окружение по территории (цветник, сад, огород) наблюдения, эксперименты с живой и неживой природой.	все возрастные группы	в течение ЛОП	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.

Организация контроля

№ п/п	Содержание работы	Срок	Ответственные
1	Тематический контроль «Организация и проведение общегрупповых мероприятий по теме недели»	Июнь, июль	Директор Богданова Е.А. Старший воспитатель Максимова Н.М., Сафронова В.В.
2	Предупредительный контроль - организация инструктажа с детьми, закаливающих мероприятий, питания - соблюдение режима дня - выполнение рекомендаций и решений педагогического совета - готовность к ЛОП, новому учебному году - выполнение норм питания детей	Июнь, июль	Директор Богданова Е.А. Старший воспитатель Максимова Н.М., Сафронова В.В.
3	Оперативный контроль - организация развивающей среды - выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей - проведение намеченных мероприятий	Июнь, июль	Директор Богданова Е.А. Старший воспитатель Максимова Н.М., Сафронова В.В.

Работа с родителями

№ п/п	Содержание работы	Срок	Ответственные
1	Оформление информационных стендов для родителей о достижениях детей, рекомендации по познавательному развитию, режиму дня.	июнь	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.
2	Участие родителей в проектах, праздниках, досугах, целевых прогулках.	Июнь, июль	воспитатели групп, инструктор по физ. культуре Грачева М.Н., Белоусова О.Ю., музыкальный руководитель Хомикова О.Д.
3	Организация и проведение консультаций: - Правила безопасности в природе; - Закаливание детей - О пользе фруктов и овощей - Правильное питание - Занятия физкультурой и спортом для здоровья детей	Июнь, июль	воспитатели групп, старший воспитатель Максимова Н.М., Сафронова В.В.

4	Оформление «Уголка здоровья» для родителей: - профилактика солнечного и теплового ударов; - профилактика кишечных инфекций; - организация естественных закаливающих процедур	Июнь, июль	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.
---	---	---------------	---

Методическая работа

№ п/п	Содержание работы	Срок	Ответственные
1	Разработка перспективного плана работы на летний период с воспитанниками, родителями.	май	воспитатели групп, старший воспитатель Максимова Н.М., Сафронова В.В.
2	Консультации для воспитателей: «Особенности планирования воспитательно-образовательной работы в летний период»	май	старший воспитатель Максимова Н.М., Сафронова В.В.
3	«Организация закаливающих процедур»	июнь	Медицинский работник Жаворонкова О.А.
4	«Организация работы по развитию двигательной активности детей на прогулке»	июнь	инструктор по физ. культуре Грачева М.Н., Белоусова О.Ю.
5	Индивидуальная работа с воспитателями (по запросам)	в течение ЛОП	старший воспитатель Максимова Н.М., Сафронова В.В.
6	Подготовка групп к новому учебному году, обновление развивающей среды	до 01.09.2026	Воспитатели: Белоусова О.Ю., Данилина С.М., Пикулева Е.В., Агапитова А.Н., Хомикова О.Д., Саватеева М.В., Грачева М.Н., Бушуева М.И.

ИЮНЬ

План воспитательно - образовательной работы с детьми (п. Моторный)

Тема недели и даты проведения	Содержание деятельности	Мероприятия	Ответственные
<p>1-я неделя, первая половина</p> <p>01.06-02.06.</p> <p>«Международный день защиты детей»</p>	<p>1. Формировать у детей элементарные представления о своих правах и свободе, развивать уважение и терпимость к другим людям и их правам.</p> <p>2. Способствовать формированию чувства собственного достоинства, осознания своих прав и свобод, чувства ответственности (за другого человека, за начатое дело, за данное слово).</p> <p>3. Развивать уважение к достоинству и личным правам другого человека.</p> <p>4. Расширять представления о лете, летних изменениях в природе</p>	<p>01.06</p> <p>Развлечение-досуг «Детство-время чудес»</p>	<p>Хомикова О. Д</p>
<p>1-ая неделя, вторая половина</p> <p>03.06.25-05.06.25</p> <p>«Неделя Пушкина»</p>	<p>закрепить правила общения с книгой и подбором литературы для книжного уголка;</p> <ul style="list-style-type: none"> • организовать заучивание некоторых стихов А. С. Пушкина; • формировать заинтересованность детей и родителей к творчеству великого русского поэта; • воспитывать патриотические чувства, гордость за Россию; • формировать у детей устойчивый интерес к чтению, умение слушать и понимать художественный текст; • познакомить детей с классическими произведениями композиторов, созданными по сказкам А. С. Пушкина. 	<p>Развлечение «По страницам Александра Сергеевича»</p>	<p>Данилина С. М</p>
<p>2-я неделя -</p> <p>День России</p>	<ul style="list-style-type: none"> - прививать любовь к родной стране – России; - расширить знания детей о государственных символах России: герб, флаг, гимн; - познакомить детей с негосударственными символами России: берёза, ромашка, медведь; - воспитывать в детях уважение и любовь к своей Родине, русскому народу; - прививать интерес к народным играм. 	<p>мероприятие «Я живу в России»</p>	<p>Пикулева Е. В.</p>
<p>3-я неделя -</p>	<p>- Углублять знания детей о разнообразии цветов и</p>	<p>«Волшебное</p>	

«Цветная неделя»	растений, их строении, местах произрастания. - Развивать познавательный интерес, логическое мышление, связную речь, умение сравнивать и анализировать, мелкую моторику, воображение. - Формирование основ экологической культуры. Освоение норм поведения в природном окружении, понимание важности сохранения природы. -Формирование безопасного поведения в природе. Объяснить детям, что ни всё что красиво-съедобно.	путешествие в царство растений»	Агапитова А. Н.
4-я неделя «Олимпийским играм быть!»	-Уточнить и расширить знания детей о спорте как о занятии полезном для здоровья, о здоровом образе жизни, о дружбе; -Формировать представление о разных способах, как можно сберечь свое здоровье; как можно дружить и не ссориться; -Развивать положительную самооценку, уверенность в себе, чувства собственного достоинства; -Систематизировать и расширять знания детей об организме человека; гендерные представления; -Воспитывать дружеские взаимоотношения со сверстниками, потребность в здоровом образе жизни.	Спортивное мероприятия- «Олимпийский резерв»	Белоусова О. Ю.

Июль

Тема недели и даты проведения	Содержание деятельности	Мероприятия	Ответственные
1 неделя – «Иван Купала и его традиции»	-закрепление знаний о празднике Ивана Купалы; -знакомство с русскими народными песнями, хороводами, играми; -воспитание любви к народному творчеству и позитивного отношения к природе; -развитие двигательных умений и навыков.(просмотр мультимедийных презентаций о Иване Купале; разучивание хороводных движений, стихотворений, народных игр («Водяной», «Ручеёк», «Заря»), творческие задания — например, изготовление куколки «Купавки», купальных венков, коллажей из	«Купальские забавы»	Бушуева М. И.

	засушенных трав.)		
2-ая неделя - «Моя семья»	сформировать у детей представление о семье как о людях, которые живут вместе, любят и заботятся друг о друге. расширить представления детей о профессиях, показать важность труда каждого члена семьи. познакомить детей с семейными традициями, воспитать уважение к ним. воспитать в детях желание помогать близким, заботиться о них.	Выставка детских рисунком, семейных фотографий «В кругу любимых людей»	Пикулева Е.В. Агапитова А.Н.
3-я неделя - « Неделя дворовых игр»	-познакомить детей с историей и правилами дворовых игр; -развить двигательные способности (быстроту, силу, ловкость, выносливость); -сформировать умение работать в команде, соблюдать правила; - укрепить взаимодействие между детьми и родителями через совместные игры; -стимулировать интерес к активному отдыху на свежем воздухе. (Беседа на тему «Что такое игра? Какие игры вы знаете?». Просмотр презентации или иллюстраций о дворовых играх. Создание картотеки игр. Разучивание считалок и закличек. Обучение играм в группе, на прогулке или на занятиях по физкультуре: «Салочки», «Прятки», «Испорченный телефон», «Колечко-колечко», «Море волнуется...» и др. Беседа «Как вести себя во время игры». Разгадывание загадок на тему дворовых игр. Разучивание игры «Классики» или «Прыжки через резинку».)	Мероприятие «Игры нашего двора»	Бушуева М.И. Белоусова О.Ю.

<p>4-я неделя «Неделя экспериментов»</p>	<p>расширять представления о свойствах предметов и природных явлений; развивать наблюдательность, логическое мышление, речь; формировать навыки безопасного проведения опытов;</p> <p>(«Тайны воды»: «Тонет — не тонет». «Впитывает — не впитывает». «Цветная вода». «Воздух вокруг нас», «Волшебство соли и сахара», «Цвета и краски», «Природные чудеса»</p>	<p>выставка детских работ и фотографий с опытов; мини-доклады детей о любимых экспериментах; вручение диплома в «Юный исследователь»</p>	<p>Пикулева Е.В. Агапитова А.Н. Бушуева М.И.</p>
<p>В конце июля «Мир безопасный для детей прекрасный»</p>	<p>Закреплять знания детей о правилах безопасного поведения дома, на улицах и дорогах</p>	<p>Развлекательное мероприятие «Безопасность ребенка дома и на улице»</p>	<p>Пикулева Е.В. Агапитова А.Н. Бушуева М.И.</p>

ИЮНЬ

план воспитательно - образовательной работы с детьми (п. Судоверфь)

Тема недели и даты проведения	Содержание деятельности	Мероприятия	Ответственные
<p>1 неделя – «Здравствуй, лето!» 01.06.26– 05.06.26</p>	<p>Расширять представления детей о лете; Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту летней природы; Знакомство с цветущими летними растениями, грибами, ягодами; Расширять представления о сезонных изменениях (изменения в погоде, растения летом, поведение зверей и птиц); Знакомить с летними видами спорта.</p>	<p>01.06.2026 Развлечение «Здравствуй, лето!»</p>	<p>Воспитатели Саватеева М.В. Грачёва М.Н. Хомикова О.Д.</p>
<p>2-ая неделя - «Мой край родной. Моя Родина» 8.06.26- 11.06.26</p>	<p>Расширить у детей представление о родном городе, познакомить с гербом, культурой, традициями, достопримечательностями.</p>	<p>11.06.2026 Творческий детско – родительский конкурс «Мы живем в России»</p>	<p>Воспитатели Саватеева М.В. Грачёва М.Н.</p>

<p>3-я неделя - «Путешествие в сказку»</p> <p>15.06.26- 19.06.26</p>	<p>Продолжать знакомить детей с широтой сказочного жанра народов мира и Сибирских писателей, с различными видами сказочных произведений, учить узнавать персонажи сказок. Развивать познавательную активность и интерес к детской художественной литературе (сказкам, рассказам, устному народному творчеству) через проигрывание эпизодов, обсуждение поведения и мотивов действий персонажа, разрешение проблемных ситуаций, придумывание собственных рассказов и сказок или окончания, оформление иллюстраций и т.д., проявлять активность в самостоятельной творческой деятельности.</p>	<p>19.06.2026 Инсценирование сказки.</p>	<p>Воспитатели Саватеева М.В. Грачёва М.Н. Хомикова О.Д.</p>
<p>4-я неделя - «Мир безопасный для детей прекрасный»</p> <p>22.06.26- 30.06.26</p>	<p>Закреплять знания детей о правилах безопасного поведения дома, на улицах и дорогах, развивать интерес к участию в мероприятиях и способствовать накоплению эмоционально-восторженных впечатлений.</p>	<p>26.06.2026 Развлекательное мероприятие «Безопасность ребенка дома и на улице»</p>	<p>Воспитатели Саватеева М.В. Грачёва М.Н.</p>

Июль

Тема недели и даты проведения	Содержание деятельности	Мероприятия	Ответственные
<p>1 неделя – «Любим мы играть, всё новое познавать»</p> <p>01.07.26-3.07.26</p>	<p>Способствовать систематизации представлений детей о многообразии окружающей природы; знакомить детей со свойствами воды, песка, воздуха. Воспитывать интерес и любознательность.</p>	<p>03.07. 2026 «Эксперименты с природными материалами»</p>	<p>Воспитатели Саватеева М.В. Грачёва М.Н. Хомикова О.Д.</p>
<p>2-ая неделя - «Если добрый ты»</p> <p>06.07.26- 10.07.26</p>	<p>Формирование первоначальных представлений о нравственных чувствах и эмоциях, развитие умения правильно оценивать свои поступки и поступки сверстников. Формирование готовности детей к совместной деятельности, развитие умения договариваться. Формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества. Развитие стремления у детей совершать добрые</p>	<p>10.07.2026 Развлечение «День дружбы»</p>	<p>Воспитатели Саватеева М.В. Грачёва М.Н. Хомикова О.Д.</p>

	<p>поступки. Воспитание у детей положительного отношения ко всем людям и природному миру. Воспитание эмоциональной отзывчивости и чувства сопереживания.</p>		
<p>3-я неделя - « Во саду ли, в огороде» 13.07.26- 17.07.26</p>	<p>Закрепление знаний о внешнем виде и названий фруктов, овощей, ягод формирование обобщающего понятия «фрукты», «овощи», «ягоды», представление о пользе для здоровья. Формировать представления детей о работах, проводимых в саду и в огороде. Продолжать знакомить детей с сельскохозяйственными профессиями (садовод, овощевод).</p>	<p>17.07.2026 Итоговое мероприятие «В огородном царстве, в овощном государстве»</p>	<p>Воспитатели Саватеева М.В. Грачёва М.Н.</p>
<p>4-я неделя - «Неделя ЗОЖ» 20.07.2026-24.07.2026</p>	<p>Закреплять у детей понятие о здоровье, как главной ценности человеческой жизни. Формировать у детей представление о здоровом образе жизни, правильном питании, закаливании, пребывании на свежем воздухе, соблюдении правил личной гигиены, о значении физических упражнений. Учить детей активно участвовать в заботе о своём здоровье, знать и осознанно выполнять несложные приёмы оздоровления. Прививать любовь к физическим упражнениям и подвижным играм на воздухе.</p>	<p>20.08.26. – Спортивное мероприятие «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!»</p>	<p>Воспитатели Грачёва М.Н.</p>
<p>5-я неделя - «До свидания, лето!» 27.07.2026-31.07.2026</p>	<p>Обобщить и систематизировать представление о лете как времени года по основным, существенным признакам: продолжительность дня и ночи, температурные условия, явления погоды (гроза, радуга, молния, солнцепек), состояние растений (рост и цветение, созревание ягод и плодов), особенности жизнедеятельности насекомых. Уточнить представление о некоторых видах сельскохозяйственного труда летом. Учить устанавливать связь между комплексом условий (тепло, свет, влага) и состоянием растений и животных. Развивать связную речь, умение говорить ясно, понятно для окружающих.</p>	<p>Оформление выставки «Наше Лето»</p>	<p>Грачёва М.Н.</p>

Режим дня (теплый период)

<i>Режимные моменты</i>	<i>Оздоровительная группа</i>
Подъем	7.30
Туалетные процедуры, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Игры, самостоятельная деятельность	8.30-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке	09.00-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.30
Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.50
Самостоятельная деятельность (НОД)	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-17.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	17.40-18.00
Ужин	18.00-18.30
Самостоятельная деятельность (чтение, просмотр ТВ)	18.30-19.30
Ужин II	19.30-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.45
Подготовка ко сну, сон	20.45-07.30

Режим дня (теплый период)

<i>Режимные моменты</i>	<i>Младшая разновозрастная группа</i>
Приход детей в детский сад, свободная игра	7.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.15
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке	09.15-11.00

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.30
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.50
Самостоятельная деятельность	15.50-16.00
Образовательная деятельность	16.00-16.15
Самостоятельная и игровая деятельность в центрах.	16.15-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.35-18.00

Режим дня (теплый период)

<i>Режимные моменты</i>	<i>Старшая разновозрастная группа</i>
Приход детей в детский сад, свободная игра	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Игры, самостоятельная деятельность	8.30-9.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке	09.10-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-13.00
Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.50
Самостоятельная деятельность (НОД)	15.50-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30-18.00

