

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ для детей-сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей
«Верх-Чебулинский районный детский дом»
Л.П.Максимова
Приказ № 168-О от «31» 08. 2021г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме и распорядке дня воспитанников
муниципального казенного образовательного учреждения
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей
«Верх-Чебулинский районный детский дом»

Согласовано
на заседании самоуправления воспитанников
протокол №1 от «31» 08. 2021г.

Рассмотрено
на заседании педагогического совета
протокол №1 от «31» 08. 2021г.

1. Общие положения.

1.1. Положение о режиме и распорядке дня воспитанников муниципального казенного образовательного учреждения для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Верх-Чебулинский районный детский дом» разработано в соответствии с Конвенцией о правах ребенка, ФЗ № 273 «Об образовании Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г., СанПиН 2.4.3259-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей», утвержденными постановлением № 8 от 09.02.2015 г. Главного государственного санитарного врача Российской Федерации, СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утвержденными постановлением № 26 от 15.05.2013 г. Главного государственного санитарного врача Российской Федерации, Уставом Учреждения, с учетом мнения органа детского самоуправления.

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации жизнедеятельности воспитанников МКОУ «Верх-Чебулинский районный детский дом» (далее - Детский дом).

2. Режим и распорядок дня воспитанников.

2.1. В Детском доме воспитываются дети в возрасте от 3-х до 18-ти лет.

2.2. Режим дня и организация воспитательно-образовательного процесса воспитанников Детского дома строится с учетом особенностей воспитательной, коррекционной и оздоровительной работы, дифференцированно для дошкольников и школьников различных возрастных групп и обеспечивает обоснованное сочетание обучения, труда и отдыха, с учетом круглосуточного пребывания воспитанников в учреждении.

2.3. Режим дня и организация воспитательно-образовательного процесса воспитанников дошкольного возраста.

2.3.1. Режим дня воспитанников дошкольного возраста Детского дома соответствует возрастным особенностям детей дошкольного возраста и способствует их гармоничному воспитанию.

2.3.2. Продолжительность ежедневных прогулок детей дошкольного возраста составляет 3 часа в зимний период, 4 часа - в весенний, летний, осенний периоды. При температуре ниже 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

2.3.3. Прогулки организовываются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна.

2.3.4. Общая продолжительность сна для детей дошкольного возраста 12,5 часов, из которых 2 часа отводится на дневной сон. Перед сном не проводятся подвижные эмоциональные игры, закаливающие процедуры. Во время сна детей присутствие воспитателя (младшего воспитателя) в спальне обязательно.

2.3.5. На самостоятельную деятельность дошкольного возраста отводится 3 часа.

2.3.6. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3-х до 4-х лет – не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет – не более 20 минут, для детей от 5-ти до 6-ти лет – не более 25 минут, для детей от 6-ти до 7-ми лет – не более 30 минут.

2.3.7. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной группах – 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные

3 минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

2.3.8. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день. В середине непосредственно образовательной

- деятельности статистического характера проводятся физкультурные минутки.
- 2.3.9. Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организовывается в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия, ритмика и др.
- 2.3.10. Для предупреждения утомления и сохранения оптимального уровня работоспособности при оставлении расписания занятий во всех группах планируется равномерное распределение учебной нагрузки в течение дня, недели и года, а в начале и конце недели предпочтение отдается занятиям более легким по содержанию и сложности учебного материала.
- 2.3.11. В летний период учебные занятия (кроме музыкальных и спортивных) не проводятся. Спортивные и подвижные игры, физические упражнения, спортивные праздники проводятся на открытом воздухе.
- 2.3.12. Длительность просмотра телепередач детей дошкольного возраста не более 40 минут в день.
- 2.4. Режим дня воспитанников школьного возраста Детского дома соответствует возрастным особенностям детей школьного возраста.
- 2.4.1. Воспитанники Детского дома обучаются в общеобразовательных учреждениях.
- 2.4.2. В режиме дня для школьников младшего школьного возраста двигательная активность составляет – до 50 % дневного времени, для старших школьников – до 30%.
- 2.4.3. Во второй половине дня организуется самоподготовка детей школьного возраста, различные виды активной деятельности и отдыха: прогулки с подвижными играми, экскурсии, общественно полезный труд. По завершению разных этапов работы детям предоставляются индивидуальные перерывы.
- 2.4.4. После окончания самоподготовки проводятся занятия в кружках, репетиции, игры, общей продолжительностью не более 1,5 часов.
- 2.4.5. Посещение и участие в культурно-развлекательных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях проводятся в среду и субботу.
- 2.4.6. Спортивные и физкультурные мероприятия проводятся с учетом состояния здоровья, физической подготовленности и групп здоровья детей.
- 2.4.7. Работа по физическому воспитанию осуществляется под контролем медицинского персонала детского дома.
- 2.4.8. При организации занятий общественно-полезным трудом дети не привлекаются к работе с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе 18-ти лет, а также к уборке санитарных узлов и мест общественного пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш, строительным и ремонтным видам работ.
- 2.4.9. Для проведения сельскохозяйственных работ преимущественно отводится вторая половина дня (с 16-17 часов). И часы с наименьшей инсоляцией. Допустимая продолжительность работ для детей 12-13 лет- 2 часа, 14 лет и старше-3 часа.через каждые 45 минут работы – перерыв 15 минут.
- 2.4.10. Продолжительность сна для детей 6-7 лет- 11 часов, 8-10 лет-10ч.30мин., 11 лет и старше - 9 ч. Подъем после ночного сна – не ранее 07.00 часов (в летний период в 09.00 часов).
- 2.4.11. Отход ко сну воспитанников 1-6 классов – 21.00, 7-11 классов – 22.00 в учебное время, в 22.30 – в летний период.
- 2.4.12. После ночного сна проводится зарядка продолжительностью 15 минут.
- 2.4.13. Для детей дошкольного и младшего школьного возраста с отклонениями в развитии здоровья, выздоравливающих после инфекционных заболеваний, быстро утомляющихся, организовывается дневной сон продолжительностью 1,5 часа.
- 2.4.14. Утренняя гигиена – не менее 20 минут.

2.4.15. Питание детей 5-ти разовое (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин) с интервалами между приемами пищи 3,5-4 часов.

2.4.16. Прогулки для детей школьного возраста в первой и во второй половине дня общей продолжительностью не менее 3,5 часов для детей младшего школьного возраста и 2,5 часов для среднего и старшего школьного возраста.

2.4.17. Вечерняя прогулка проводится перед ужином, после выполнения домашнего задания.

2.4.18. В выходные дни и каникулярное время проводятся дополнительные мероприятия, общественно-полезный труд на свежем воздухе.

2.4.19. В период учебного процесса в режиме дня проводится самоподготовка воспитанников (в астрономических часах): 2-3 класс – 1,5 часа, 4-5 класс – 2 часа, 6-8 класс – 2,5 часа, 9-11 класс – 3,5 часа. Порядок выполнения домашних заданий выбирается детьми по своему усмотрению.

2.4.20. Между учебными занятиями и началом приготовления домашнего задания перерыв – 2-2,5 часа для отдыха, прогулки.

2.4.21. Длительность просмотра телепередач детей младшего школьного возраста 1 час в день, для среднего и старшего школьного возраста – 1,5 часа.

2.4.22. В режиме дня предусмотрено свободное время младших школьников- 1 час, для старших школьников – 1,5 часа.

2.5. Режим дня воспитанников

2.5.1. Режим дня воспитанников в учебное время

№	Режимные моменты	Временные рамки				
			5-6 класс	7-11 класс		
Дошкольный возраст	1 класс	2-4 класс	5-6 класс	7-11 класс		
1	Подъем	07.30	07.00	07.00	07.00	07.00
2	Зарядка	07.30-07.45	07.00-07.15	07.00-07.15	07.00-07.15	07.00-07.15
3	Гигиенические процедуры	07.45-08.05	07.15-07.35	07.15-07.35	07.15-07.35	07.15-07.35
4	Завтрак	08.15-08.45	07.35-08.00	07.35-08.00	08.00-08.20	08.00-08.20
5	Организационная образовательная деятельность	08.45-10.15				
6	Учебные занятия	08.45-10.25	08.45-11.00	08.45-11.30	08.45-11.30	
7	Полдник (2-ой завтрак)	10.15-10.30	10.25-10.45	10.25-10.45	11.30-11.50	11.30-11.50
8	Учебные занятия	10.45-12.30	10.45-12.30	11.50-13.30	11.50-14.30	
9	Прогулка, свободное время	10.30-12.30	12.30-13.00	12.30-13.00	13.30-14.00	

5

10	Обед	13.00-13.30	13.00-13.30	13.00-13.30	14.00-14.30	14.30-15.00
11	Сон	13.30-15.30	-			
12	Занятия внеурочной деятельностью	13.30-14.30	13.30-14.30	14.30-15.30		

13	Организационная образовательная деятельность	15.30-16.00				
14	Прогулка, занятия по интересам	16.00-17.00	14.30-17.00	15.00-16.30		
15	Самоподготовка	14.30-17.00	15.30-17.30	16.30-18.00		
16	Прогулка, занятия по интересам	17.00-17.30	17.30-18.00			
17	Ужин	17.00-17.30	17.00-17.30	17.30-18.00	18.00-18.30	18.00-18.30
18	Самоподготовка	18.30-20.00				
19	Занятия по интересам, кружковая работа	17.30-18.30	17.30-18.30	18.00-19.00	18.30-19.00	20.00-20.45
20	Самостоятельная деятельность	18.30-19.30	18.30-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	
21	Второй ужин	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00	20.45-21.00
22	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.00-21.00	20.00-21.00	20.00-21.00	20.00-21.00	21.00-22.00
23	Сон	21.00	21.00	21.00	21.00	22.00

2.5.2. Индивидуальный режим дня каждого воспитанника может меняться в зависимости от количества уроков в школе, времени посещения учреждений дополнительного образования и прописывается в карте занятости воспитанника.

2.5.3. Общий режим дня в летнее время

Время суток	Режимные моменты
09.00	Подъем
09.00-09.20	Зарядка, водные процедуры
09.20-10.00	Завтрак
10.00-10.15	Общий сбор, линейка
10.15-13.00	Подготовка к мероприятиям, занятия по интересам, прогулка
13.00-13.30	Обед
13.30-15.30	Дневной сон
15.30-16.00	Полдник
16.00-19.00	Развлекательные мероприятия, игры, общественно полезный труд (по плану работы)
19.00-19.30	Ужин
19.30-20.30	Занятия по интересам, прогулка

6

20.30-21.45	Час чтения, просмотр телепередач
-------------	----------------------------------

21.45-22.00	Второй ужин
22.00-22.30	Подготовка ко сну, гигиенические процедуры
22.30	Сон

3. Заключительные положения

3.1.	Положение рассматривается на заседании педагогического совета, согласовывается
с органом самоуправления воспитанников и вступает в силу с момента его утверждения директором МКОУ «Верх-Чебулинский районный детский дом».	
3.2.	Решения об изменениях и дополнениях в данном Положении принимаются на

Совете воспитанников по представлению администрации учреждения, сотрудников учреждения и воспитанников учреждения.

Пронумеровано, прошнуровано
и скреплено печатью

2 (два) листов

Директор МКОУ «Верх-Чебулинский
районный детский дом»

Л.П.Максимова

