



Утверждаю:

директор ГУСОМЦПД

«Журавленок»

А.В. Амурцева

Положение о режиме и распорядке дня воспитанников ГУСО МЦПД «Журавленок»

I Общие положения

1.1 Настоящее положение разработано в соответствии с Законом РФ «Об образовании»; Типовым положением об образовательном учреждении для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Уставом ГУСО МЦПД «Журавленок»;

1.2 Положение определяет распорядок дня воспитанников, режим для дошкольников и школьников различных возрастных групп и режим дня в летний период.

1.3 Положение предусматривает примерный режим дня для каждой возрастной категории детей. Для детей, посещающих кружки и секции может быть составлен индивидуальный режим дня, зафиксированный в карте занятости.

II Общий распорядок дня ГУСО МЦПД «Журавленок»

2.1 Общий распорядок дня воспитанников составляется на основе СанПиНа. Он предусматривает:

- общий подъем - 7.00;
- утренняя зарядка – 7.00 – 7.15;
- утренние гигиенические процедуры – 7.15-7.30;
- завтрак – 7.30-8.00;
- обед – 12.00-13.00;
- полдник – 16.00;
- ужин – 18.00;
- час тихого чтения – 20.00-21.00;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 20.00-22.00;
- отбой – 21.00-22.00.

III Режим дня дошкольников

3.1 Занятия для дошкольников проводятся в I половине дня.

3.2 Продолжительность занятий для младших дошкольников составляет не более 15 мин, для старших – не более 25 минут.

3.3 Длительность перерывов между занятиями составляет не менее 10 минут. Перерывы проводятся в форме подвижных игр.

3.4 Длительность просмотра телепередач не более 20-30 минут, в соответствии с возрастом.

3.5 Общественно- полезный труд для дошкольников проводится в форме самообслуживания. Его продолжительность не должна превышать 20 минут.

3.6 Длительность дневной прогулки для младших дошкольников составляет не менее 2 часов, старших – 1,5 часа. Вечерняя прогулка соответственно 2 и 2,5 часа.

3.7 Продолжительность дневного сна для младших дошкольников - 2 и 2,5 часа, для старших не менее 1,5 часов.

3.8 Для дошкольников рекомендуется следующий режим дня:

- подъем - 7.00;
- утренняя зарядка – 7.00-7.15;
- утренние процедуры – 7.15-8.00;
- завтрак – 8.00-8.30;
- занятия – 9.00-10.00 (с перерывом);
- обед – 12.00 – 12.30;
- Сон час – 13.00 – 15.00;
- полдник – 15.00 – 15.30;
- прогулка на свежем воздухе - 16.30-19.00 (в соответствии с возрастом);
- ужин – 18.00 – 8.30;
- игры, занятия по интересам, чтение, общественно- полезный труд – 18.30-19.00;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 20.00-20.30;
- отбой – 20.30-21.00.

VI Режим дня для младших школьников

4.1 Для младших школьников в режиме дня предусматривается не менее двух прогулок на свежем воздухе с общей продолжительностью не менее 3 часов.

4.2 Для первоклассников предусматривается дневной сон.

4.3 Продолжительность выполнения домашних заданий составляет не более 1,5 часов, с перерывом.

4.4 Для младших школьников рекомендуется следующий режим дня:

- подъем - 7.00;
- утренняя зарядка – 7.00-7.15;
- утренние процедуры – 7.15-7.30;
- завтрак – 7.30-8.00;
- дорога в школу – 8.30-9.00;
- школьные занятия - 9.00-11.30;
- дорога домой - 11.30-12.00;
- обед – 12.00 – 13.00;
- сон для первоклассников – 13.00 – 15.00;

- полдник – 15.00 – 15.30;
- прогулка - 15.30-16.30;
- выполнение домашнего задания – 16.30 – 18.00;
- ужин – 18.00 – 18.30;
- общественно- полезный труд, тихие игры – 18.30-19.00;
- прогулка на свежем воздухе – 19.00 – 20.00;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 20.00-21.00;
- отбой – 21.00.

V Режим дня детей старшего школьного возраста

5.1 Для детей старшего школьного возраста рекомендуется следующий режим дня:

- подъем - 7.00;
- утренняя зарядка – 7.00-7.15;
- утренние процедуры – 7.15-7.30;
- завтрак – 7.30-8.00;
- дорога в школу – 8.30-9.00;
- школьные занятия - 9.00-11.30;
- дорога домой - 11.30-12.00;
- обед – 12.00 – 13.00;
- сон для первоклассников – 13.00 – 15.00;
- полдник – 15.00-15.30;
- прогулка – 15.30-16.30;
- выполнение домашнего задания – 16.30 – 18.30 - 19.00;
- ужин – 18.00 – 18.30;
- прогулка – 18.30 – 19.30;
- вечерний общественно- полезный труд, час тихого чтения – 20.00-21.00;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 21.00-22.00;
- отбой – 22.00.

5.2 Для детей, занимающихся во II смену, музыкальной, художественной школе, учреждениях ДО, кружках, творческих объединениях составляется индивидуальный режим дня.

VI Режим дня воспитанников ГУСО МЦПД «Журавленок» в летний период

6.1 В летний период рекомендуется следующий режим дня:

- подъем детей - 8.00;
- утренний туалет – 8.00-8.35;
- утренняя зарядка – 8.35-8.50;
- завтрак – 8.50-9.20;
- трудовые бригады на объектах, уборка территории, мероприятия согласно плана, прогулка – 9.20-11.30;

- индивидуальная работа с дошкольниками - 11.30 – 12.00;
- обед – 12.00 – 12.30;
- тихий час – 12.30 – 15.00;
- полдник – 15.00 – 15.30;
- культурно – оздоровительная программа (согласно плана) – 16.00 – 18.00;
- ужин – 18.00 – 18.30;
- уборка комнат – 18.30 – 19.00;
- беседы, час тихого чтения, прогулки - 19.00 – 20.00;
- вечерний туалет – 21.00-21.30;
- просмотр телепередач – 21.30-22.30;
- отбой для младших детей – 21.30-22.00;
- отбой для старших детей – 22.30-23.00.