

Государственное казенное учреждение социального обслуживания
Ростовской области центр помощи детям, оставшимся без попечения
родителей, "Шахтинский центр помощи детям № 3"
(ГКУСО РО Шахтинский центр помощи детям № 3)

Принято на педагогическом совете
ГКУСО РО Шахтинского центра
помощи детям № 3

Утверждаю:
Врио директора ГКУСО РО Шахтинского
центра помощи детям № 3

Протокол № 5 от 31.10.2024

_____ Р.Х.Элибекова
Приказ № 64-ОПД от 31.10.2024г.

П О Л О Ж Е Н И Е
о режиме дня в
государственном казенном учреждении социального обслуживания
Ростовской области центра помощи детям, оставшимся без попечения
родителей, «Шахтинский центр помощи детям № 3»

г. Шахты, 2024

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Законом РФ «Об образовании», Постановлением Правительства РФ № 481 от 24.05.2014 «О деятельности организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей», Постановлением главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и Постановлением главного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», Положением о деятельности государственного казенного учреждения социального обслуживания Ростовской области центра помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Шахтинского центра помощи детям № 3» (далее – Центр), Уставом Центра.

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 занятия детских объединений дополнительного образования и спортивные секции может быть составлен индивидуальный режим дня, зафиксированный в индивидуальной сетке занятости.

2. Общий распорядок дня

2.1. Общий распорядок дня воспитанников составляется на основе норм СанПиН, который предусматривает:

- общий подъем - 7.00;
- утренняя зарядка, гигиенические процедуры – 7.00/ 7.20;
- завтрак – 7.20/7.40;
- 2-й завтрак – 10.20/10.40;
- обед – 12.00/13.00;
- воспитательский час-16-00/17-00
- полдник – 17.00/17.30;
- ужин – 19.00/19.30;
- второй ужин – 21.00/ 21.15;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 20.00/21.00;
- отбой – 21.30.

3. Режим дня дошкольников

3.1. Занятия для дошкольников проводятся в 1 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.

Для дошкольников рекомендуется следующий режим дня:

- подъем - 7.00;
- утренняя зарядка, гигиенические процедуры – 7.00/ 7.20;
- завтрак – 7.20/7.40; второй завтрак-10.20./10.40.;
- занятия – 9.00/10.00 (с перерывом);
- прогулка на свежем воздухе – 10.40/12.00;
- занятия в детских объединениях дополнительного образования - 12.00/13.00;
- обед – 13.00/ 14.00;
- тихий час – 14.00 / 16.00;
- воспитательский час -16/00-17/00
- полдник – 17.00/17.30;
- прогулка на свежем воздухе - 17.30/19.00 (в соответствии с возрастом и погодными условиями);
- ужин – 19.00/19.30;
- свободное время по интересам 19.30/20.00;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 20.00-21.00;
- второй ужин – 20.45 – 21.00
- отбой – 21.00.

3.9. Для дошкольников, посещающих детский сад, составляется индивидуальный режим дня.

4. 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, гигиенические процедуры – 7.00 /7.20;
- завтрак – 7.20/7.40;
- дорога в школу – 7.40/8.00;
- второй завтрак – 10.20-10.40 (сухой паек);
- школьные занятия - 8.00/12.30;

- дорога домой - 12.30/13.00;
- обед – 13.00/ 14.00;
- сон для первоклассников – 14.00/15.00;
- прогулка - 15.00/16.00;
- воспитательский час – 16.00 / 17.00;
- полдник – 17.00/17.30;
- прогулка на свежем воздухе - 17.30/19.00 (в соответствии с возрастом и погодными условиями);
- ужин – 19.00/19.30;
- свободное время по интересам 19.30/20.00;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 20.00-21.00;
- второй ужин – 20.45 – 21.00;
- отбой – 21.00.

4.5. Для младших школьников, занимающихся во 2 смену или посещающих музыкальную, художественную школу, может быть составлен индивидуальный режим дня.

5. Режим дня детей старшего школьного возраста

5.1. Для детей старшего школьного возраста рекомендуется следующий режим дня:

- подъем - 7.00;
- утренняя зарядка, гигиенические процедуры – 7.00/ 7.20;
- завтрак – 7.20/7.40;
- дорога в школу – 7.40/8.00;
- второй завтрак – 10.20-10.40 (сухой паек);
- школьные занятия - 8.00/14.00;
- дорога домой - 14.00/14.20;
- обед – 14.20/ 14.40;
- выполнение домашнего задания – 14.40/16-00
- воспитательский час -16.00/17-00
- полдник – 17.00-17.30;
- занятия в детских объединениях дополнительного образования, прогулка – 17.30-19.00;
- ужин – 19.00/19.30;
- свободное время по интересам 19.30/20.00;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 20.00-21.00;
- второй ужин – 21.00 – 21.15;
- отбой – 21.30.

5.2. Для детей, занимающихся во 2 смену, музыкальной, художественной школе, учреждениях ДО, спортивных секциях, творческих объединениях составляется индивидуальный режим дня.

6. Режим выходного дня

6.1. В выходной день рекомендуется следующий режим дня:

- подъем - 9.00/9-15;
- утренняя зарядка, гигиенические процедуры – 9-15/ 9.30;
- завтрак – 9.30/10.00;
- второй завтрак – 11.00/11.15;
- прогулка - 12.00/13.00;
- занятия в детских объединениях дополнительного образования – 12.00/16.00;
- обед – 13.00/ 13.30;
- свободное время по интересам – 13.30/14.30;
- выполнение домашнего задания (по потребности) 14.30/16.00
- воспитательский час 16.00/17-00
- полдник – 17.00/17.30;
- прогулка -17.30/19-00 (в соответствии с возрастом и погодными условиями)
- ужин – 19.00/19.30;
- свободное время по интересам 19.30/20.00;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 20.00/21.00;
- второй ужин – 21.00/21.15;
- отбой – 21.30.

7. Режим дня в летний период

7.1. В летний период рекомендуется следующий режим дня:

- подъем детей - 8.45;
- утренняя зарядка, гигиенические процедуры – 8.45/9.00;
- завтрак – 9.15/9.30;
- второй завтрак-11.00/11.15;
- трудовые бригады на объектах, уборка территории, плановые мероприятия, прогулка – 9.45/13.00;
- обед – 13.00 /13.30;
- тихий час – 13.30 /15.30;
- культурно – оздоровительная программа, воспитательский час – 15.30/19.00;
- полдник-17.00/17-30
- ужин – 19.00 – 19.30;
- свободное время по интересам 19.30/20.00;
- вечерние санитарно-гигиенические процедуры – 20.00/21.00;
- второй ужин – 21.00/21.15;
- отбой для младших детей – 21.15/21.30.
- просмотр телепередач для старших детей – 21.30-22.30;
- отбой для старших детей – 22.30.

7.2. При отъезде воспитанников в детские оздоровительные лагеря (ДОЛ), их режим дня соответствует режиму дня ДОЛ.