

Комитет социальной политики города Челябинска  
Муниципальное бюджетное учреждение города Челябинска  
«Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Акварель»

---

ул. Василевского, 27, г. Челябинск, 454139, телефон-факс 8 (351) 253-28-12, E-mail: [akvareldd8@mail.ru](mailto:akvareldd8@mail.ru)

## **Режим дня воспитанников на 2021-2022 учебный год**

Комитет социальной политики города Челябинска  
Муниципальное бюджетное учреждение города Челябинска  
«Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Акварель»

ул. Василевского, 27, г. Челябинск, 454139, телефон-факс 8 (351) 253-28-12, E-mail: [akvareldd8@mail.ru](mailto:akvareldd8@mail.ru)

ПРИКАЗ

от «09» августа 2021 года

№ 126/7

Об утверждении режима дня воспитанников на  
2021-2022 учебный год

В соответствии с частью 2 статьи 30 Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и статьей XII. «Требования к режиму дня и организации воспитательного процесса» 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"

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Режим дня воспитанников школьного возраста, обучающихся в 1-ю смену (будние дни) на 2021 – 2021 учебный год (Приложение 1).
2. Режим дня воспитанников школьного возраста, обучающихся во 2-ю смену (будние дни) на 2021 – 2022 учебный год (Приложение 2).
3. Режим дня воспитанников школьного возраста в выходные (каникулярные) и праздничные дни на 2021 – 2022 учебный год (Приложение 3).
4. Расписание занятий по самоподготовке воспитанников на 2021 – 2022 учебный год (Приложение 4).
5. Режим дня воспитанников дошкольного возраста на 2021 – 2022 учебный год (Приложение 5).
6. Режим дня воспитанников дошкольного возраста в выходные (каникулярные) и праздничные дни на 2021 – 2022 учебный год (Приложение 6).
7. Ратошнюк Ю.А., заместителю директора ознакомить педагогических работников и воспитанников школьного возраста с режимом дня воспитанников на 2021 -2022 учебный год под роспись в срок до 01.09.2021 года.
8. Контроль исполнения приказа возложить на Ратошнюк Ю.А., заместителя директора.

Директор



М.А.Ушакова

Приложение 1 к приказу № 126/7 от 09 августа 2021 года  
«Об утверждении режима дня воспитанников на 2021 -2022 учебный год»

**Режим дня воспитанников школьного возраста, обучающихся в 1-ю смену (будние дни) на 2021 – 2022 учебный год**

| Режимные моменты  | 7 лет/1 кл. | 8 лет/2кл.  | 9 лет/3 кл. | 10 лет/4кл. | 11 лет/5кл. | 12 лет/6кл. | 13 лет/7кл. | 14 лет/8кл. | 15 л. и ст.<br>9-11 класс  |
|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------------|
| Подъем, утренний туалет   | 07.00 -7.20 | 07.00 -7.20 | 07.00 -7.20 | 07.00 -7.20 | 07.00 -7.20 | 07.00 -7.20 | 07.00 -7.20 | 07.00 -7.20 | 07.00 -7.20                |
| Утренняя гимнастика   | 07.20 -7.35 | 07.20 -7.35 | 07.20 -7.35 | 07.20 -7.35 | 07.20 -7.35 | 07.20 -7.35 | 07.20 -7.35 | 07.20 -7.35 | 07.20 -7.35                |
| <b>ЗАВТРАК</b>  | 07.35 -7.45 | 07.35 -7.45 | 07.35 -7.45 | 07.35 -7.45 | 07.35 -7.45 | 07.35 -7.45 | 07.35 -7.45 | 07.35 -7.45 | 07.35 -7.45                |
| Дорога в школу с элементами прогулки  | 07.45-8.00  | 07.45-8.00  | 07.45-8.00  | 07.45-8.00  | 07.45-8.00  | 07.45-8.00  | 07.45-8.00  | 07.45-8.00  | 07.45-8.00                 |
| Занятия в школе   | 08.00-11.30 | 08.00-12.20 | 08.00-12.20 | 08.00-12.20 | 08.00-12.20 | 08.00-12.20 | 08.00-13.10 | 08.00-13.10 | 08.00-13.10                |
| Дорога из школы с элементами прогулки                                       | 11.30-11.50 | 12.20-12.45 | 12.20-12.45 | 12.20-12.40 | 12.20-12.40 | 12.20-12.40 | 13.10-13.30 | 13.10-13.30 | 13.10-13.30                |
| Досуговая деятельность с элементами двигательной активности                 | 11.50-13.00 | 12.45-13.00 | 12.45-13.00 | 12.40-13.00 | 12.40-13.00 | 12.40-13.00 |             |             |                            |
| <b>ОБЕД</b>   | 13.00-13.30 | 13.00-13.30 | 13.00-13.30 | 13.00-13.30 | 13.00-13.30 | 13.00-13.30 | 13.30-14.00 | 13.30-14.00 | 13.30-14.00                |
| Дневной сон   | 13.30-14.30 | 13.30-14.30 | 13.30-14.30 |             |             |             | -           | -           | -                          |
| Свободное время, прогулка.<br>Занятия в системе дополнительного образования | 14.30-16.00 | 14.30-16.00 | 14.30-16.00 | 13.30-16.00 | 13.30-16.00 | 13.30-16.00 | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 | 14.00-15.10                |
| <b>ПОЛДНИК</b>  | 16.00-16.10 | 16.00-16.10 | 16.00-16.10 | 16.00-16.10 | 16.00-16.10 | 16.00-16.10 | 16.00-16.10 | 16.00-16.10 | 16.00-16.10                |
| Самоподготовка  | 16.10-17.10 | 16.10-17.40 | 16.10-17.40 | 16.10-18.10 | 16.10-18.10 | 16.10-18.40 | 16.10-18.40 | 16.10-18.40 | 15.10-16.00<br>16.10-18.40 |
| Прогулка  | 17.15-19.00 | 17.40-19.00 | 17.40-19.00 | 18.10-19.00 | 18.10-19.00 | 18.40-19.00 | 18.40-19.00 | 18.40-19.00 | 18.40-19.00                |
| <b>УЖИН</b>   | 19.00-19.20 | 19.00-19.20 | 19.00-19.20 | 19.00-19.20 | 19.00-19.20 | 19.00-19.20 | 19.00-19.20 | 19.00-19.20 | 19.00-19.20                |
| Прогулка. Активная деятельность, труд. Свободное время.                     | 19.20-20.20 | 19.20-20.20 | 19.20-20.20 | 19.20-20.20 | 19.20-20.20 | 19.20-20.20 | 19.20-20.20 | 19.20-20.20 | 19.20-20.20                |
| <b>II УЖИН</b>  | 20.20-20.30 | 20.20-20.30 | 20.20-20.30 | 20.20-20.30 | 20.20-20.30 | 20.20-20.30 | 20.20-20.30 | 20.20-20.30 | 20.20-20.30                |
| Свободное время   | -           | -           | -           | -           | -           | 20.30-21.30 | 20.30-21.30 | 20.30-21.30 | 20.30-21.30                |
| Вечерний туалет   | 20.30-21.00 | 20.30-21.00 | 20.30-21.00 | 20.30-21.00 | 20.30-21.00 | 21.30-22.00 | 21.30-22.00 | 21.30-22.00 | 21.30-22.00                |
| Ночной сон  | 21.00-07.00 | 21.00-07.00 | 21.00-07.00 | 21.00-07.00 | 21.00-07.00 | 22.00-07.00 | 22.00-07.00 | 22.0 -07.00 | 22.00-07.00                |
| Суммарная норма суточного сна (часов)                                       | 11          | 10,5 -11    | 10,5 -11    | 10 -10,5    | 9 -10       | 9 -10       | 9 -9,5      | 9 -9,5      | 8 -9                       |
| Фактический суммарный суточный сон (часов)                                  | 11          | 11          | 11          | 10          | 10          | 9           | 9           | 9           | 9                          |
| Суммарная норма времени прогулки (часов)                                    | 3,5         | 3,5         | 3,5         | 3,5         | 3,5         | 2,5         | 2,5         | 2,5         | 2,5                        |
| Фактическое время прогулки (часов)  | 3 ч 50 м.   | 3 ч 30 м.   | 3 ч 30 м.   | 3 ч 55 м.   | 3 ч 55 м.   | 4 ч 25 м.   | 3 ч 55 м.   | 3 ч 55 м.   | 3 ч 05 м.                  |

**Режим дня воспитанников школьного возраста, обучающихся во 2-ю смену (будние дни) на 2021– 2022 учебный год**

|  | 8 лет<br>2 класс | 9 лет<br>3 класс | 12 лет<br>6 класс | 13 лет<br>7 класс | 14 лет<br>8 класс |
|--|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| Подъем, утренний туалет  | 07.30 -07.50     | 07.30 -07.50     | 07.00-07.20       | 07.00-07.20       | 07.00-07.20       |
| Утренняя гимнастика  | 07.50 -08.05     | 07.50 -08.05     | 07.20 -7.35       | 07.20 -7.35       | 07.20 -7.35       |
| <b>ЗАВТРАК</b>   | 08.05 -08.15     | 08.05 -08.15     | 07.35 -7.45       | 07.35 -7.45       | 07.35 -7.45       |
| Самоподготовка   | 08.15- 09.45     | 08.15 – 09.45    | 07.45 – 10.15     | 08.00 – 10.15     | 08.00 – 10.15     |
| Занятия в системе дополнительного образования, досуговая деятельность с элементами двигательной активности | 09.45-10.30      | 09.45-10.30      | -                 | -                 | -                 |
| <b>II ЗАВТРАК</b>  | 10.30 – 10.35    | 10.30 – 10.35    | 10.15 – 10.20     | 10.15 – 10.20     | 10.15 – 10.20     |
| Занятия в системе дополнительного образования, досуговая деятельность с элементами двигательной активности | 10.35 – 11.15    | 10.35 – 11.15    | 10.20-12.00       | 10.20-12.00       | 10.20-12.00       |
| Прогулка   | 11.15- 12.25     | 11.15- 12.25     | -                 | -                 | -                 |
| <b>ОБЕД</b>  | 12.00-12.30      | 12.00-12.30      | 12.00-12.30       | 12.00-12.30       | 12.00-12.30       |
| Дорога в школу с элементами прогулки   | 12.30-13.00      | 12.30-13.00      | 12.30-13.00       | 12.30-13.00       | 12.30-13.00       |
| Занятия в школе  | 13.00-16.15      | 13.00-16.15      | 13.00-16.15       | 13.00-16.15       | 13.00-16.15       |
| Дорога из школы с элементами прогулки  | 16.15-16.30      | 16.15-16.30      | 16.15-16.30       | 16.15-16.30       | 16.15-16.30       |
| <b>ПОЛДНИК</b>   | 16.30-16.40      | 16.30-16.40      | 16.30-16.40       | 16.30-16.40       | 16.30-16.40       |
| Свободное время  | 16.40-17.40      | 16.40-17.40      | 16.40-17.10       | 16.40-17.10       | 16.40-17.10       |
| Прогулка   | 17.40-19.00      | 17.40-19.00      | 17.10-19.00       | 17.10-19.00       | 17.10-19.00       |
| <b>УЖИН</b>  | 19.00- 19.20     | 19.00- 19.20     | 19.00- 19.20      | 19.00- 19.20      | 19.00- 19.20      |
| Прогулка   | 19.20-20.20      | 19.20-20.20      | 19.20-20.20       | 19.20-20.20       | 19.20-20.20       |
| <b>II УЖИН</b>   | 20.20-20.30      | 20.20-20.30      | 20.20-20.30       | 20.20-20.30       | 20.20-20.30       |
| Свободное время  | -                | -                | 20.30-21.30       | 20.30-21.30       | 20.30-21.30       |
| Вечерний туалет  | 20.30-21.00      | 20.30-21.00      | 21.30-22.00       | 21.30-22.00       | 21.30-22.00       |
| Ночной сон   | 21.00-07.00      | 21.00-07.00      | 22.00- 07.00      | 22.00 -07.00      | 22.00 – 07.00     |
| Суммарная норма суточного сна (часов)  | 10,5-11          | 10,5-11          | 9-10              | 9-9,5             | 9-9,5             |
| Фактический суммарный суточный сон (часов)   | 10,5             | 10,5             | 9                 | 9                 | 9                 |
| Суммарно время прогулки норма  | 3,5              | 3,5              | 2,5               | 2,5               | 2,5               |
| Суммарная норма времени прогулки (часов)   | 4 ч 15 м         | 4 ч 15 м         | 3 ч 35 м          | 3 ч 35 м          | 3 ч 35 м          |

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**воспитанников школьного возраста**  
**в выходные (каникулярные) и праздничные дни на 2021 – 2022 учебный год**

| Режимные моменты  | Время                    |                                   |
|---|--------------------------|-----------------------------------|
|   | Младший школьный возраст | Средний, старший школьный возраст |
| Подъем, утренний туалет                                     | 09.00 -09.20             |                                   |
| Утренняя гимнастика   | 09.20-09.35              |                                   |
| <b>ЗАВТРАК</b>  | 09.35- 09.50             |                                   |
| Досуговая деятельность с элементами двигательной активности | 09.50 – 10.50            |                                   |
| <b>II ЗАВТРАК</b>   | 10.50 – 11.00            |                                   |
| Прогулка  | 11.00- 13.00             |                                   |
| <b>ОБЕД</b>   | 13.00-13.30              |                                   |
| Дневной сон   | 13.30- 15.00             | -                                 |
| Занятия по интересам , время отдыха                         | -                        | 13.30- 15.00                      |
| Свободное время   | 13.30 – 16.00            |                                   |
| <b>ПОЛДНИК</b>  | 16.15 – 16.30            |                                   |
| Прогулка  | 16.30- 19.00             |                                   |
| <b>УЖИН</b>   | 19.00- 19.20             |                                   |
| Свободное время   | 19.20 – 20.20            |                                   |
| <b>II УЖИН</b>  | 20.20 - 20.30            |                                   |
| Дежурство в группе  | -                        | 20.30 – 21.30                     |
| Вечерний туалет   | 20.30-21.00              | 21.30-22.00                       |
| Ночной сон  | 21.00 – 09.00            | 22.00 – 09.00                     |

**РАСПИСАНИЕ**  
**занятий по самоподготовке воспитанников**  
**на 2021 - 2022 учебный год**

| Класс         | I смена       | II смена      |
|---------------|---------------|---------------|
| 1 класс       | 16.10 – 17.10 |               |
| 2 класс       | 16.10 – 17.40 | 08.00- 09.30  |
| 3 класс       | 16.10 – 17.40 | 08.00 – 09.30 |
| 4 класс       | 16.10 – 18.10 |               |
| 5 класс       | 16.10- 18.10  |               |
| 6 класс       | 16.10 – 18.40 | 08.00 – 10.30 |
| 7 класс       | 16.10 – 18.40 | 08.00 – 10.30 |
| 8 класс       | 16.10 – 18.40 |               |
| 9 класс       | 16.10 – 19.40 |               |
| 10 – 11 класс | 16.10 – 19.40 |               |

## РЕЖИМ ДНЯ

### воспитанников дошкольного возраста на 2021 – 2022 учебный год

| <b>Режимные моменты</b>                               | <b>Время проведения</b> |
|---|-------------------------|
| Подъем, утренний туалет                               | 07.00 -07.30            |
| Утренняя гимнастика                                   | 07.30 – 07.40           |
| Подготовка к завтраку, завтрак                        | 07.40 – 08.00           |
| Сбор в ДОУ, отъезд                                    | 08.00                   |
| Приезд из ДОУ   | 18.30                   |
| Ужин  | 19.00 -19.30            |
| Игры, развлечения, самостоятельная деятельность детей | 19.30 – 20.20           |
| Дополнительный ужин                                   | 20.20 – 20.40           |
| Гигиенические процедуры                               | 20.40 – 21.00           |
| Ночной сон  | 21.00 – 07.00           |

## РЕЖИМ ДНЯ

### воспитанников дошкольного возраста

в выходные (каникулярные) и праздничные дни на 2021 – 2022 учебный год

| Режимные моменты           | Время проведения |
|----------------------------|------------------|
| Подъем, утренний туалет    | 09.00 -09.20     |
| Утренняя гимнастика        | 09.20-09.35      |
| <b>ЗАВТРАК, II завтрак</b> | 09.35- 10.00     |
| Прогулка                   | 10.00 – 12.00    |
| <b>ОБЕД</b>                | 12.30 – 13.00    |
| Дневной сон                | 13.00 - 15.00    |
| Свободное время            | 15.00 – 15.30    |
| <b>ПОЛДНИК</b>             | 15.30 – 16.00    |
| Прогулка                   | 16.00- 18.00     |
| <b>УЖИН</b>                | 18.30 -19.00     |
| Свободное время            | 19.00 – 20.20    |
| <b>II УЖИН</b>             | 20.20 - 20.30    |
| Вечерний туалет            | 20.30 - 21.00    |
| Ночной сон                 | 21.00 – 09.00    |