

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 2020-2021 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 «03» августа 2020 года

№ 122/16

Об утверждении режима дня воспитанников на  
2020-2021 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 2020 – 2021 учебный год (Приложение 1).
2. Режим дня воспитанников школьного возраста, обучающихся во 2-ю смену (будние дни) на 2020 – 2021 учебный год (Приложение 2).
3. Режим дня воспитанников школьного возраста в выходные (каникулярные) и праздничные дни на 2020 – 2021 учебный год (Приложение 3).
4. Расписание занятий по самоподготовке воспитанников на 2020 – 2021 учебный год (Приложение 4).
5. Режим дня воспитанников дошкольного возраста на 2020 – 2021 учебный год (Приложение 5).
6. Режим дня воспитанников дошкольного возраста в выходные (каникулярные) и праздничные дни на 2020 – 2021 учебный год (Приложение 6).
7. Ратошнюк Ю.А., заместителю директора ознакомить педагогических работников и воспитанников школьного возраста с режимом дня воспитанников на 2019 -2020 учебный год под роспись в срок до 01.09.2020 года.
8. Контроль исполнения приказа возложить на Ратошнюк Ю.А., заместителя директора.

Директор



М.А.Ушакова

Приложение 1 к приказу № 122/16 от 03 августа 2020 года  
«Об утверждении режима дня воспитанников на 2020 -2022 учебный год»

**Режим дня воспитанников школьного возраста, обучающихся в 1-ю смену (будние дни) на 2020 – 2021 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. 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. 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 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 2020– 2021 учебный год**

	8 лет 2 класс	9 лет 3 класс	12 лет 6 класс	13 лет 7 класс	14 лет 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 2020 – 2021 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 2020 – 2021 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 2020 – 2021 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 2020 – 2021 учебный год

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
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