

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Усть-Киранская средняя общеобразовательная школа-интернат»
671821, с. Усть-Киран, ул. Игумнова 8, Aschool_ust-kiran@govrb.ru

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.директора школы:

Чернова В.Г.



Режим работы лагеря дневного пребывания «Черемушки»

Наименование мероприятий	Пребывание детей
С 8.30 до 14.30 часов	
Сбор детей, зарядка	8.50-9.00
Утренняя линейка	9.00-9.15
Завтрак	9.15-10.00
Работа по плану отрядов, общественно полезный труд, работа кружков и секций	10.00-12.00
Оздоровительные процедуры	12.00-13.00
Обед	13.00-14.00
Свободное время	14.00-14.30
Уход домой	14.30

1. Организация работы лагеря с дневным пребыванием осуществляется в режимах пребывания детей: - с 8.30 до 14.30 часов, с организацией 2-разового питания (завтрак и обед);
2. Режим дня предусматривает максимальное пребывание детей на свежем воздухе, проведение оздоровительных, спортивных, культурных мероприятий, организацию экскурсий, походов, игр;
3. Регулярное 2-разовое питание детей.

4. Кружковая деятельность с ограниченной двигательной активностью (изобразительная деятельность, моделирование, шахматы, рукоделие и другие подобные виды деятельности) должна чередоваться с активным отдыхом и спортивными мероприятиями.
5. Организация и режим занятий с использованием компьютерной техники проводится в помещениях, оборудованных в соответствии с санитарными правилами, предъявляющими гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы.
6. Продолжительность занятий кружков и спортивных секций допускается не более 35 минут для детей 7 лет и не более 45 минут для детей старше 7 лет. Для отдельных видов кружков (туристического, юных натуралистов, краеведческого и т.п.) допускается продолжительность занятий до 1,5 часов.
7. Оптимальная наполняемость групп при организации занятий в кружках, секциях и клубах - не более 10 человек.

Гигиенические требования к организации физического воспитания детей и оздоровительных мероприятий

1. Мероприятия по физическому воспитанию организуются в соответствии с возрастом детей, состоянием их здоровья, уровнем физического развития и физической подготовленности.
2. Физкультурно-оздоровительная работа предусматривает следующие мероприятия: - утренняя гимнастика; - занятия физкультурой в кружках, секциях; - прогулки, экскурсии и походы с играми на местности; - спортивные соревнования и праздники; - занятия на тренажерах.
3. Спортивно-оздоровительные мероприятия проводятся на территории и спортивного зала и тренажерного зала школы-интерната.
4. Распределение детей и подростков на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Детям основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С детьми подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу проводить с учетом заключения врача.

5. Проведение закаливающих процедур начинают после адаптации детей в оздоровительном учреждении, проводят систематически, постепенно увеличивая силу закаливающего фактора.

6. Воздушные ванны начинают с первых дней пребывания в учреждении для детей не ниже 22 °С. Продолжительность первых процедур - 15 - 20 минут. Прием воздушных ванн рекомендуется сочетать с ходьбой, подвижными играми, физическими упражнениями.

7. Солнечные ванны проводят в утренние или вечерние часы на пляже, специальных площадках (соляриях), защищенных от ветра, спустя час - полтора после еды, при температуре воздуха - 18 - 25 °С.

8. Подвижные игры должны занимать в режиме дня детей основной и подготовительной групп: 40 - 60 минут - для младших детей (6 - 11 лет).

9. Дети, перенесшие острые заболевания во время отдыха или незадолго до прибытия, могут освобождаться врачом от занятий физической культурой и спортом.