УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ВИНОГРАДОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «БЕРЕЗНИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА КОРОБОВА ВАДИМА КОНСТАНТИНОВИЧА»
(МБОУ «БЕРЕЗНИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ КОРОБОВА В.К.»

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора МБОУ
«Березниковская средняя школа
имени Коробова В.К.»
от 27.10.2026 № 149

РЕЖИМ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ИНТЕРНАТЕ

1. Общие положения

1.1. Настоящий Режим дня определяет порядок организации распорядка дня обучающихся, проживающих в интернате муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Березниковская средняя школа имени Героя Советского Союза Коробова Вадима Константиновича» (далее — Школа), в течение учебной недели, в выходные дни и в каникулярное время.

1.2. Режим дня разработан в соответствии с: Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 04.08.2026, применяется с 01.09.2026); постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (действует с 01.09.2026 до 01.09.2032); постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в редакции от 24.12.2025, действует с 01.03.2026 до 01.03.2027); приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 (в редакции приказа от 08.05.2026 № 316, применяется с 01.09.2026 до 01.09.2027); Положением об интернате Школы; Правилами проживания обучающихся в интернате Школы.

1.3. Изменения и дополнения в настоящий Режим дня вносятся приказом директора Школы.

2. Режим дня в учебный день (понедельник — пятница)

2.1. Режим дня обучающихся в учебный день установлен в таблице 1.

Таблица 1

Время	Режимные мероприятия
7.00	Подъём (не ранее 7.00), гигиенические процедуры, заправка спальных мест
7.20–7.40	Утренняя зарядка (продолжительность не менее 15 минут), уборка спальных комнат, проветривание (вне присутствия обучающихся)

8.00–8.20	Завтрак (перерыв для приёма пищи — 20 минут)
8.30	Начало учебных занятий в соответствии с расписанием Школы
8.30–15.00	Учебные занятия по расписанию; перемены — не менее 10 минут, перемена для приёма пищи — 20 минут
15.20–15.40	Полдник
15.40–17.30	Занятия в кружках и секциях
17.30–17.50	Ужин
18.00–20.00	Самоподготовка
20.15–21.30	Вечерняя прогулка
21.00	Отбой обучающихся 1–7 классов
22.00	Отбой обучающихся 8–9 классов
22.30	Отбой обучающихся 10–11 классов

3. Режим дня в выходные дни и каникулярное время

3.1. В выходные дни (суббота, воскресенье) и в каникулярное время обучающиеся, остающиеся в интернате, следуют режиму, установленному таблицей 2.

Таблица 2

Время	**Режимные мероприятия**
8.00	Подъём, гигиенические процедуры
8.10–8.30	Утренняя зарядка, уборка спальных комнат, проветривание
8.30–9.00	Завтрак
9.00–12.00	Прогулки, экскурсии, досуговые и спортивные мероприятия, посещение кружков и секций
12.00–13.00	Обед
13.00–15.00	Свободное время
15.00–16.00	Полдник, отдых
16.00–18.00	Подготовка к учебной неделе (в воскресенье)
18.00–18.30	Ужин
18.30–20.30	Свободное время, просмотр телепередач, чтение
21.00	Отбой обучающихся 1–7 классов
22.00	Отбой обучающихся 8–9 классов
22.30	Отбой обучающихся 10–11 классов

4. Нормативные ориентиры при составлении режима

4.1. При корректировке времени режимных мероприятий приказом директора Школы учитываются гигиенические нормативы, установленные таблицей 6.6 СанПиН 1.2.3685-21 (в редакции от 24.12.2025):

– утренний подъём — не ранее 7 часов 00 минут;

– продолжительность ночного сна, не менее: для обучающихся 7 лет — 11 часов; 8–10 лет — 10 часов; 11–14 лет — 9 часов; 15 лет и старше — 8,5 часов; время отбоя устанавливается с учётом указанных норм;

– продолжительность выполнения домашних заданий, не более: 1 класс — 1 час (при этом в 1 классе домашние задания не задаются в соответствии с п. 24 Порядка № 115); 2–3 классы — 1,5 часа; 4–5 классы — 2 часа; 6–8 классы — 2,5 часа; 9–11 классы — 3,5 часа;

– занятия в кружках и секциях для обучающихся в возрасте 7–10 лет завершаются не позднее 20 часов, для обучающихся в возрасте 10–18 лет — не позднее 21 часа;

– продолжительность перемены между занятиями — не менее 10 минут; перемена для приёма пищи — 20 минут.

4.2. Для обучающихся 1 классов распорядком может предусматриваться дневной сон (отдых) продолжительностью до 1,5 часов.

4.3. Питание обучающихся организуется в соответствии с требованиями СП 2.4.2.4283-26. Для обучающихся, проживающих в интернате (круглосуточное пребывание), организуется питание не менее пяти раз в день: завтрак, обед, полдник, ужин и второй ужин; интервалы между приёмами пищи не превышают 4 часов. Ужин организуется не позднее чем за 1,5 часа до сна.

4.4. Проветривание спальных и учебных помещений проводится в отсутствие обучающихся; влажная уборка помещений — в установленном Школой порядке.

5. Заключительные положения

5.1. Режим дня составляется воспитателем интерната, согласовывается с заместителем директора по учебно-воспитательной работе и утверждается приказом директора Школы ежегодно до начала учебного года.

5.2. Режим дня вывешивается на информационном стенде интерната и доводится до сведения обучающихся и их родителей (законных представителей).

5.3. При изменении нормативных правовых актов, указанных в п. 1.2 настоящего Режима дня, либо расписания учебных занятий Школы режим дня подлежит актуализации в соответствующей части.

СОГЛАСОВАН

Управляющим советом
МБОУ «Березниковская средняя школа
имени Коробова В.К.»
(протокол от 27.10.2026 № 2)