

Режим дня и распорядок

Режим работы разновозрастной группы 10-ти часовой: с 7.00 до 17.00, в рамках пятидневной рабочей недели, суббота и воскресенье - выходные дни. Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В разновозрастной группе используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

При организации режима пребывания в МБОУ «Платинская ООШ» учитывалась система требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Гибкий режим дня разновозрастная группа (холодный период года)

№ п/п	Деятельность	Время
1	Прием, самостоятельная деятельность, игровая деятельность	7.00 – 8.20
2	Утренняя гимнастика	8.20 – 8.30
3	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
4	Самостоятельная деятельность, игры, общение детей	8.50 – 9.00
5	Организованная образовательная деятельность, образовательные ситуации	9.00 – 10.20
6	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки	10.20 – 11.40
7	Подготовка к обеду. Обед	11.40 – 12.00
8	Подготовка ко сну. Сон	12.00– 14.00
9	Подъём, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	14.00 – 14.25
10	Организованная образовательная деятельность. Игры, досуги, кружки. Общение по интересам и выбору детей	14.25 – 15.40
11	Подготовка к полднику. Полдник.	15.40 – 16.00
12	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой	16.00 – 17.00

**Гибкий режим дня разновозрастная группа
(тёплый период)**

№ п/п	Деятельность	Время
1	Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.30
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
3	Игры, самостоятельная деятельность. Подготовка к прогулке	8.50 – 9.20
4	Прогулка, образовательная деятельность на прогулке, самостоятельные игры, возвращение с прогулки	9.20 – 11.30
6	Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30 – 11.45
7	Подготовка к обеду. Обед	11.45 – 12.15
8	Подготовка ко сну. Сон	12.00 – 14.00
9	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.00 – 14.25
10	Игры, досуги, самостоятельная деятельность по интересам.	14.25 – 15.10
11	Подготовка к полднику. Полдник.	15.10 – 15.30
12	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой	15.30– 17.00

Организация жизни детей в разновозрастной группе опирается на 10-часовое пребывание ребенка в дошкольном учреждении. Режим дня в детском саду соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 3 - 4 часов. Прогулка проводится 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 - 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста должна составлять 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится дневному сну. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуются однократно продолжительностью не менее 3 часов. Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 2 до 3 лет – 8-10 минут, от 3 до 4 лет – не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет – не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет – не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут.