

Муниципальное казённое образовательное учреждение
Аносовская средняя образовательная школа

Утверждаю:

ИО Директора МКОУ Аносовская СОШ

Анциферова Т.В.

Приказ № от «14» 08

2025 г. 28/8



**Распорядок, режим дня на тёплый, холодный период в разновозрастной
дошкольной группе «Солнышко» на 2025-2026 уч год**

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного распорядка дня является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

Культурно-гигиеническое воспитание - основа санитарной культуры, необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни в будущем. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. Организационно-педагогические условия образовательного процесса, созданные в ДГ, обеспечивают выбор оптимальных форм организации детской деятельности, как по содержанию (игровая, исследовательская, трудовая деятельность, экспериментирование, так и по форме: групповая, подгрупповая, индивидуальная). Проектирование образовательного процесса в ДГ представлено гибким режимом жизнедеятельности, который корректируется в зависимости от сезона.

Цикличность процессов жизнедеятельности детей в группе обуславливают выполнение детьми необходимых культурно- гигиенических правил и норм поведения , а так же выполнения режима, представляющего собой рациональный порядок дня, оптимальное взаимодействие и определенную последовательность периодов подъема и снижения активности, бодрствования и сна.

Режим дня организуется с учётом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной реактивности в первой и во второй половине дня. При составлении и организации режима дня учитываются повторяющиеся компоненты: время приёма пищи; укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на открытом воздухе и в помещении при выполнении физических упражнений. Режим дня соответствует возрастным особенностям детей разновозрастной группы и способствует их гармоничному развитию.

Согласно СанПиН 2.4.1.3049 – 13 от 15.05.2013 № 26 максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-5 лет составляет 5,5 - 6 часов

Согласно СанПиН СанПиН 2.4.3648-20 максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 5-6 лет составляет 5,5 - 6 часов

Холодный период года.

Организация режима пребывания детей

Режимные моменты.	Младшая –средняя подгруппа (3-4 лет)	Старшая подгруппа(5-7 лет)
Прием детей, игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	8.00- 8.30	8.00 – 8.30
Самостоятельная игровая деятельность утренний круг	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Завтрак, подготовка к занятиям	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
НОД	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 16.00 –16.25
Игры, спокойная деятельность, подготовка к прогулке	9.40 – .11-00	10.50 – 11.00
Прогулка	11.00 – 12.15	11.00 – 12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.15-12.30	12.15.-12-30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
Полдник Самостоятельная и организованная детская деятельность	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00
НОД, кружковая работа	16.00 – 16.15	16.00 – 16.25
Игры , самостоятельная игровая деятельность детей.	16.15 – 17.00	16.25 – 170
Подготовка к прогулке.прогулка	17.00- 18.00	17.00- 18.00

Теплый период года

Режимные процессы	Младшая Подгруппа (3-4 лет)	Старшая Подгруппа (5-7 лет)
Прием детей, игры индивидуальная работа, дежурство, утренняя гимнастика.	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30– 9.00
Самостоятельные игры	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15
Подготовка к прогулке,прогулка	9.15 – 11.15	9.15 – 11.15
Образовательная деятельность на прогулке	11.15 –11.30	11.15 – 11.45
Прогулка (игры, наблюдение, труд)	11.30 – 12.20	11.45 – 12.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00	12.30 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00
Прогулка	16.00 – 17-00	16.00 – 17.00
Уход детей домой	18-00	18-00