

Утвержден: приказом по  
МБОУ СОШ № 21 № 32/7 от 01.09.2020



## Распорядок и режим дня Разновозрастной группы МБОУ СОШ №21

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течении суток. Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизическим особенностям детей. Следует стремиться к тому, чтобы приблизить режим дня к индивидуальным особенностям ребенка.

Режим дня составлен с расчетом на 10 – часовое пребывание ребенка в детском саду. В режиме дня указана длительность занятий, включая перерывы между их различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. В теплое время года часть занятий можно проводить на участке во время прогулки.

В середине занятий статистического характера рекомендуется проводить физкультминутки.

Режимный момент	Разновозрастная группа (2-7 лет)			
	Длительность	Теплый период времени	Холодный период времени	
			При t до - 15	При t ниже -15 скорости ветра более 7 м/с
Приход детей в детский сад, работа с родителями, свободная игра, самостоятельная деятельность.	1:00	7.30-8.30 на участке	7.30-8.30 в группе	7.30-8.30 в группе
Утренняя гимнастика	0:10	8.30-8.40	8.30-8.40	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	0:20	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00
Утренний круг	0:10	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	1:40	9.10-10.50	9.10-10.50	9.10-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	1:10	10.50-12.00	10.50-12.00	
Возвращения с прогулки, игры, занятия	0:10	12.00-12.10	12.00-12.10	
Подготовка к обеду, обед, дежурство	0:30	12.10-12.40	12.10-12.40	12.10-12.40
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	2:30	12.40-15.10	12.40-15.10	12.40-15.10
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	0:20	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	0:20	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	0:30	15.50-16.20	15.50-16.20	15.50-16.20
Вечерний круг	0:20	16.20-16.40	16.20-16.40	16.20-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	0:50	16.40-17.30		