

Рассмотрен и принят
Педагогическим советом
Протокол от 30.08.2022 года № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ «Крутиихинская СОШ»

Н.А. Межина
Приказ № 26 - ОД от 31.08.2022

РЕЖИМ ДНЯ
Крутиихинский детский сад – структурное подразделение МКОУ «Крутиихинская СОШ»
на 2022-2023 учебный год
(холодный и теплый период)

с. Крутиха

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Ежедневная организация жизни и деятельности детей

Пребывание детей в ОУ определяется организацией образовательной деятельности по возрастным группам и режимом дня воспитанников (включает в себя организованную и неорганизованную деятельность и время приёма пищи), режимом двигательной активности и системой оздоровительных мероприятий, образовательным планом.

Режим дня

Ежедневная организация жизни и деятельности детей осуществляется с учётом построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра; и решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Организация режима дня

Одно из ведущих мест в ОУ принадлежит режиму дня. Под режимом принято понимать научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха. Основные компоненты режима: дневной сон, бодрствование, приём пищи, время прогулок.

Правильный режим является непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизическим особенностям детей.

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.

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т.д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребёнка режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность.

Режимы дня представлены для каждой возрастной группы.

При проведении режимных процессов выполняются следующие правила:

1. Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании).
2. Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
3. Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.
4. Формирование культурно-гигиенических навыков.
5. Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
6. Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребёнку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Основные принципы построения режима дня:

Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.

Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ОУ для каждой возрастной группы определён свой режим дня (таб. 1-6).

Организация режима дня проводится в каждой возрастной группе с учётом тёплого и холодного периода года.

Организация сна.

При недостатке сна 1,5 ч в сутки выносливость нервных клеток у детей ослабевает, наступают снижение активности, вялость. Длительное недосыпание может привести к невротическим расстройствам. Поэтому общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых 2,0-2,5 часа отводят дневному сну.

При организации сна учитываются следующие правила:

1. В момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.
2. Первыми за обеденный стол садятся дети с ослабленным здоровьем, чтобы затем они первыми ложились в постель.
3. Спальню перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов.
4. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.
5. Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

Организация прогулки.

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

В детском саду прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна и (или) перед уходом детей домой. Также прогулки осуществляются с родителями по дороге в детский сад и из детского сада домой. (СанПиН).

Прогулка состоит из следующих частей: наблюдение, подвижные игры, труд на участке, самостоятельную игровую деятельность детей, индивидуальную работу с детьми по развитию физических качеств.

Чтобы дети не перегревались и не простужались, выход на прогулку организовывается подгруппами, а продолжительность регулируется индивидуально, в соответствии с возрастом, состоянием здоровья и погодными условиями. Детей учат правильно одеваться, в определённой последовательности.

При проведении целевых прогулок учитываются особые правила:

1. Темы целевых прогулок, их место, время проведения должны быть спланированы заранее, но не в день их проведения.
2. Место и дорога должны быть апробированы заранее, должны быть безопасными для жизни и здоровья детей.
3. Ответственность за проведение экскурсии возлагается на воспитателя данной группы.
4. Вывод на экскурсию разрешается только после проведения инструктажа, издания приказа по детскому саду и ознакомления с ним воспитателя, записи в журнале «Журнал учёта целевых прогулок».
5. Длительность экскурсии должна быть предусмотрена программой детского сада, согласно возрасту детей.

Организация питания

В детском саду для детей организуется 4-х разовое питание. Контроль за качеством питания (разнообразием), витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, санитарным состоянием пищеблока, правильностью хранения, соблюдением сроков реализации продуктов возлагается на старшего воспитателя и медсестры детского сада.

В детском саду осуществляется работа с сотрудниками по повышению качества, организации питания, с родителями воспитанников в целях организации рационального питания в семье, с детьми, посещающими дошкольное образовательное учреждение по формированию представлений о правильном питании и способах сохранения здоровья. Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребёнка, вывешивая ежедневное меню за время пребывания в детском саду.

РЕЖИМ ДНЯ младшая разновозрастная группа (холодный период)

Режимные моменты	1 мл. подгруппа (2-3года)	2 мл. подгруппа (3-4года)	средняя подгруппа (4-5 лет)
Приём, осмотр детей, игры	7.30-8.05	7.30-8.05	7.30-8.05
Самостоятельная деятельность, игра	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20
Ежедневная утренняя гимнастика	8.20-8.25	8.20-8.25	8.20-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.45	8.25-8.45	8.25-8.45
Игры, самостоятельная деятельность	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
1.Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.10 (пн,вт,ср,чт,пт.)	9.00-9.15 (пн, ср,чт,пт.) 9.15-9.30 (вт)	9.20-9.40 (пн, ср,чт,пт.) 9.35-9.55 (вт)
Игры, самостоятельная деятельность	9.10-9.45 (пн.,ср,чт,пт.) 9.10-10.00(вт.)	9.15-9.45 (пн, ср,чт,пт.) 9.30-10.00 (вт)	9.40-9.45 (пн, ср,чт,пт.) 9.55 –10.00 (вт)
2.Непосредственно образовательная деятельность	9.45-9.55 (пн,ср,чт,пт.) 10.00-10.10 (вт.)	9.45-10.00 (пн, ср,чт,пт.) 10.00-10.15 (вт)	9.45-10.05 (пн, ср,чт,пт.) 10.00-10.20 (вт)
2- завтрак	10.05-10.10(пн, ср,чт,пт.) 10.15-10.20 (вт.)	10.05-10.10(пн, ср,чт,пт.) 10.15-10.20 (вт.)	10.05-10.10 (пн, ср,чт,пт.) 10.20-10.25 (вт.)
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка	10.20-11.20	10.20-11.20	10.25-11.20
Возвращение с прогулки, игры	11.20-11.30	11.20-11.30	11.20-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50
Подготовка ко сну, спокойные игры	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.00-15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Игра, самостоятельная деятельность детей Чтение художественной литературы, игры	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Подготовка к прогулке Прогулка игры, уход детей домой	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30

РЕЖИМ ДНЯ старшая разновозрастная группа (холодный период)

Режимные моменты	Старшая подгруппа 5-6 лет	Подготовительная подгруппа (6-7 лет)
Приём, осмотр детей, игры	7.30-8.05	7.30-8.05
Самостоятельная деятельность, игра	8.05-8.17	8.05-8.15
Ежедневная утренняя гимнастика	8.17- 8.25	8.15- 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.45	8.25-8.45
Игры, самостоятельная деятельность	8.45-9.00	8.45-9.00
1 Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.20 (пн,ср,пт.) 9.00-9.25 (вт,чт)	9.00-9.30 (пн, чт, пт) 9.30-10.00 (вт.) 9.25-9.55 (ср.)
Игры, самостоятельная деятельность	9.20 -9.40 (пн пт.) 9.25-10.10 (вт) 9.20 -10.45 (ср.) 9.25-10.20 (чт .)	9.30-9.40(пн, чт, пт) 9.00-9.30 (вт) 9.00-9.25 (ср.)
2 непосредственно образовательная деятельность	9.40-10.05 (пн,пт.) 10.10-10.30 (вт.) 10.45-11.10 (ср.) 10.20-10.40 (чт,)	9.40-10.10 (пн, чт, пт) 10.10-10.40 (вт) 10.05-10.35 (ср.)
Игры, самостоятельная деятельность	10.05-10.10 (пн,пт.) 10.30-10.40 (вт.) 9.20-10.45 (ср.) 9.25-10.20 (чт,)	10.35-10.45 (ср.) 10.10-10.20 (чт.)
3 непосредственно образовательная деятельность	_____	10.45-11.15 (ср.) 10.20-10.50 (чт,)
2-й завтрак	10.10-10.15 (пн,пн)10.40-10.45(вт) 11.15-11.20 (ср.) 10.50-10.55 (чт)	10.10-10.15 (пн,пт) 10.40-10.45(вт) 11.15-11.20 (ср.) 10.50-10.55 (чт)
Подготовка к прогулке	11.00-11.15	11.00-11.15
Прогулка	11.15-12.20	11.15-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.50	12.30-12.50
Подготовка ко сну, спокойные игры	12.50-13.00	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40
Непосредственно образовательная деятельность , студия «Домисолька», клуб «Родничок»	15.40 – 16.05 (пн,вт, пт,чт- клуб)	15.40 – 16.10 (пн, вт, пт-клуб)
Игры, самостоятельная деятельность	15.40-16.00 (ср.)	15.40-16.00 (ср, чт.)

Подготовка к прогулке..Прогулка, игры, уход детей домой	16.00-16.30 (ср) 16.05- 16.30 (пн,вт,пт.чт.)	16.00-16.30 (ср,чт.) 16.10- 16.30 (пн, вт,пт.)
---	---	---

Таблица 3

РЕЖИМ ДНЯ младшая разновозрастная группа (тёплый период)

Режимные моменты	1 мл. подгруппа (2-3 года)	2 мл. подгруппа (3-4 года)	средняя подгруппа (4-5 лет)
Приём, осмотр детей, игры	7.30-8.05	7.30-8.05	7.30-8.05
Самостоятельная деятельность, игра	8.05-8.20	8.05-8.20	8.05-8.20
Ежедневная утренняя гимнастика	8.20-8.25	8.20-8.25	8.20-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.45	8.25-8.45	8.25-8.45
Подготовка к прогулке. Прогулка. Занимательная досуговая деятельность	8.45-10.30 10.40-11.20	8.45-10.30 10.40-11.20	8.45-10.30 10.40-11.20
2-й завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40
Возвращение с прогулки, игры	11.20-11.30	11.20-11.30	11.20-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50
Подготовка ко сну, спокойные игры	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.00-15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Игра, самостоятельная деятельность детей Чтение художественной литературы, игры	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Подготовка к прогулке Прогулка игры, уход детей домой	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30

Таблица 4

РЕЖИМ ДНЯ старшая разновозрастная группа (тёплый период)

Режимные моменты	Старшая подгруппа	Подготовительная подгруппа
Приём, осмотр детей, игры	7.30-8.05	7.30-8.05
Самостоятельная деятельность, игра	8.05-8.17	8.05-8.15
Ежедневная утренняя гимнастика	8.17- 8.25	8.15- 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.45	8.25-8.45
Подготовка к прогулке. Прогулка. Занимательная, досуговая деятельность	8.45-10.30 10.40-12.10	8.45-10.30 10.40-12.10
2-й завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40
Возвращение с прогулки, игры	12.10-12.20	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну, спокойные игры	12.50-13.00	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.40-16.00	15.40-16.00
Подготовка к прогулке Прогулка, игры, уход детей домой	16.00-16.30	16.00-16.30

