

Режимы дня детей дошкольного возраста

Описание ежедневной организации жизни и деятельности детей

При 12 часовом режиме работы в ОУ осуществляется:

- образовательная деятельность в процессе организации различных форм детской деятельности (игровой, двигательной, коммуникативной, познавательно-исследовательской, изобразительной, музыкальной, восприятия художественной литературы, самообслуживания и элементарного бытового труда, конструирования);
- образовательная деятельность в ходе режимных моментов;
- самостоятельная деятельность детей
- взаимодействие с семьями детей по реализации АОП ДО.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей, предусматривает личностно-ориентированный подход к организации всех видов детской деятельности. В ОУ режим скорректирован с учетом условий и способностей детей. Режим в ОУ не является «жестким» распорядком дня с обязательными точно определенными ежедневно повторяющимися событиями, однако время основных компонентов режима дня остается неизменным.

Режим дня детей в детском саду - определенная продолжительность и чередование различной деятельности, сна и отдыха, регулярное и калорийное питание, выполнение правил личной гигиены, связь с окружающей средой. Систематическое выполнение необходимых условий для правильной организации режима дня способствует хорошему самочувствию детей, поддержанию на высоком уровне функционального состояния нервной системы, укреплению здоровья, воспитанию воли, приучает к дисциплине, положительно влияет на процессы роста и развития организма ребенка.

Режим дня детей предусматривает их разнообразную деятельность в времени года, возраста детей, а также состояния их здоровья. Режим дня обеспечивает жизнеспособность и функциональную деятельность различных органов, создает условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, дает возможность педагогам раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка. Таким образом, суточный режим и построенный на его основе распорядок дня - конструкция гибкая, динамичная.

Режим дня (скорректированный) в период адаптации детей

Мероприятия							
	3-4 г.	3-4 г.	4-5 лет	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет	6-7 лет
Прием , осмотр, индивидуальная работа	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.55	8.20-8.55	8.25-8.55	8.25-8.55	8.30-8.55	8.30-8.50	8.30-8.50
Свободная деятельность детей, коммуникативные, словесные игры, индивидуальные и подгрупповые диагностические задания, наблюдение за деятельностью детей	8.55-9.50	8.55-9.50	8.55-9.50	8.55-9.50	8.55-10.50	8.50-11.05	8.50-11.05
Второй завтрак. Подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.35	9.50-11.35	9.50-11.50	9.50-11.50	10.50-12.25	11.05-12.35	11.05-12.35

Возвращение с прогулки игры	11.35- 12.00	11.35- 12.00	11.50- 12.15	11.50- 12.15	12.25- 12.40	12.35- 12.45	12.35- 12.45
Подготовка к обеду, обед	12.00- 12.40	12.00- 12.40	12.15- 12.50	12.15- 12.50	12.40- 13.10	12.45- 13.15	12.45- 13.15
Подготовка ко сну, сон	12.40- 15.00	12.40- 15.00	12.50- 15.00	12.50- 15.00	13.10- 15.00	13.15- 15.00	13.15- 15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, подготовка к полднику, полдник	15.00- 15.45	15.00- 15.45	15.00- 15.35	15.00- 15.35	15.00- 15.35	15.00- 15.55	15.00- 15.55
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная с воспитателем деятельность	15.45- 16.30	15.45- 16.30	15.35- 16.30	15.35- 16.30	15.35- 16.20	15.45- 16.35	15.45- 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30- 17.50	16.30- 17.50	16.30- 17.50	16.30- 17.50	16.20- 18.00	16.35- 18.00	16.35- 18.00
Возвращение с прогулки , игры детей	17.50- 18.45	17.50- 18.45	17.50- 18.45	17.50- 18.45	18.00- 18.45	18.00- 18.45	18.00- 18.45
Уход детей домой	18.45- 19.00	18.45- 19.00	18.45- 19.00	18.45- 19.00	18.45- 19.00	18.45- 19.00	18.45- 19.00

Режим дня (щадящий) в период карантина

Мероприятия							
	3-4 г.	3-4 г.	4-5 лет	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет	6-7 лет
Прием, осмотр, индивидуальная работа	7.00- 8.30	7.00- 8.30	7.00- 8.30	7.00- 8.30	7.00- 8.30	7.00- 8.30	7.00- 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20- 8.55	8.20- 8.55	8.25- 8.55	8.25- 8.55	8.30- 8.55	8.30- 8.50	8.30- 8.50
Свободная деятельность детей, коммуникативные, словесные игры, наблюдение за деятельностью детей	8.55- 9.50	8.55- 9.50	8.55- 9.50	8.55- 9.50	8.55- 10.50	8.50- 11.05	8.50- 11.05
Второй завтрак. Подготовка к прогулке, прогулка	9.50- 11.35	9.50- 11.35	9.50- 11.50	9.50- 11.50	10.50- 12.25	11.05- 12.35	11.05- 12.35
Возвращение с прогулки игры	11.35- 12.00	11.35- 12.00	11.50- 12.15	11.50- 12.15	12.25- 12.40	12.35- 12.45	12.35- 12.45
Подготовка к обеду, обед	12.00- 12.40	12.00- 12.40	12.15- 12.50	12.15- 12.50	12.40- 13.10	12.45- 13.15	12.45- 13.15
Подготовка ко сну, сон	12.40- 15.00	12.40- 15.00	12.50- 15.00	12.50- 15.00	13.10- 15.00	13.15- 15.00	13.15- 15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, подготовка к полднику, полдник	15.00- 15.45	15.00- 15.45	15.00- 15.35	15.00- 15.35	15.00- 15.35	15.00- 15.55	15.00- 15.55
Самостоятельная деятельность детей, игры, совместная с воспитателем деятельность	15.45- 16.30	15.45- 16.30	15.35- 16.30	15.35- 16.30	15.35- 16.20	15.45- 16.35	15.45- 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30- 17.50	16.30- 17.50	16.30- 17.50	16.30- 17.50	16.20- 18.00	16.35- 18.00	16.35- 18.00
Возвращение с прогулки,	17.50-	17.50-	17.50-	17.50-	18.00-	18.00-	18.00-

Почасовая раскладка планирования с учётом режима дня.

СТАРШИЙ ВОЗРАСТ.

Прием детей 7-30 = 8-20

Зарядка 8-20 = 8-30

Подготовка к завтраку 8-30 = 8-35

Завтрак 8-35 = 8-50

Дежурство 8-50 = 9-00

Самостоятельная деятельность – 9-00 = 9-25

Подготовка к занятиям 9-25 = 9-35

Организованная образовательная деятельность 1 блок 9-35 = 10-00

Перемена 10-00 = 10-10

Организованная образовательная деятельность 2 блок 10-10 = 10-35

Самостоятельная деятельность – 10-35 = 11-00

Подготовка к прогулке – 11-00 = 11-20

Прогулка 11-20 = 12-10

Возвращение с прогулки 12-10 = 12-20

Беседа 12-20 = 12-35

Подготовка к обеду 12-35 = 12-45

Обед 12-45 = 13-10

Подготовка ко сну 13-10 = 13-25

СОН 13-25 = 14-50

Постепенный подъём 14-50 = 15-00

Закаливающие процедуры 15-00 = 15-05

Гигиенические процедуры 15-05 = 15-20

Подготовка к полднику 15-20 = 15-25

Полдник 15-25 = 15-40

Совместная деятельность взрослого и детей 15-40 = 16-00

Игры, самостоятельная деятельность детей 16-00 = 17-00

Прогулка 17-00 = 17-30

Уход домой 17-30 = 18-00

Почасовая раскладка планирования с учётом режима дня.

МЛАДШИЙ ВОЗРАСТ.

Прием детей 7-30 = 8-20

Зарядка 8-20 = 8-30

Подготовка к завтраку 8-30 = 8-40

Завтрак 8-40 = 9-00

Самостоятельная деятельность – 9-00 = 9-35

Подготовка к занятиям 9-35 = 9-45

Организованная образовательная деятельность 1 блок 9-45 = 10-00

Перемена 10-00 = 10-10

Организованная образовательная деятельность 2 блок 10-10 = 10-25

Самостоятельная деятельность – 10-25 = 10-50

Подготовка к прогулке – 10-50 = 11-20

Прогулка 11-20 = 12-00
Возвращение с прогулки 12-00 = 12-25
Подготовка к обеду 12-25 = 12-30
Обед 12-30 = 13-00
Подготовка ко сну 13-00 = 13-25
СОН 13-25 = 14-50
Постепенный подъём 14-50 = 15-00
Закаливающие процедуры 15-00 = 15-05
Гигиенические процедуры 15-05 = 15-20
Подготовка к полднику 15-20 = 15-25
Полдник 15-25 = 15-40
Совместная деятельность взрослого и детей 15-40 = 16-00
Игры, самостоятельная деятельность детей 16-00 = 17-00
Прогулка 17-00 = 17-30
Уход домой 17-30 = 18-00