

Режим дня и распорядок. Ежедневная организация жизни и деятельности детей

Режим работы дошкольного уровня образования МКОУ Техникумовская СОШ рассчитан на 9-ти часовое пребывание воспитанников с 08.00 до 17.00; суббота, воскресенье, праздничные дни — выходные.

Учебный год в дошкольном уровне образования начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая. В летние месяцы проводится оздоровительная работа с детьми.

Режим дня 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. Общая продолжительность дневного сна для детей дошкольного возраста 2-2,5 часа, для детей от 1,5 до 3 лет - не менее 3 часов. Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов. Организованная совместная деятельность проводится с учетом возраста детей, их индивидуальных особенностей. Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов (организация питания, сна), преимущественно направлена на охрану здоровья ребенка, физическое и социально-личностное развитие. Ежедневное чтение. В режиме дня целесообразно выделить постоянное время ежедневного чтения детям. Читать следует не только художественную литературу, но и познавательные книги, детские иллюстрированные энциклопедии, рассказы для детей по истории и культуре родной страны и зарубежных стран. Чтение книг и обсуждение прочитанного помогает на примере литературных героев воспитывать в детях социально-нравственные качества, избегая нудных и бесполезных поучений и нотаций. При этом нельзя превращать чтение в занятие — у ребенка всегда должен быть выбор: слушать или заниматься своими делами. Задача педагога — сделать процесс чтения увлекательным и интересным для всех детей. Организация прогулки. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°C и скорости ветра более 15 м/с. Прогулка состоит из следующих частей:

- наблюдение,
- подвижные игры,
- труд на участке,
- самостоятельную игровую деятельность детей,
- индивидуальную работу с детьми по развитию физических качеств.

Один раз в неделю с 3-х летнего возраста с детьми проводят целевые прогулки.

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

Организация сна.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых 2-2,5 часа отводится на дневной сон. При организации сна учитываются следующие правила:

1. В момент подготовки 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 воспитателя) в спальне обязательно.

5. Не допускается хранение в спальне лекарства и дезинфицирующих растворов.
6. Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

Организация питания.

В процессе организации питания решаются задачи гигиены и правил питания:

- мытье рук перед едой;
- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать;
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой;
- после окончания еды полоскать рот.

В организации питания, начиная со средней группы, принимают участие дежурные воспитанники группы. Учитывается и уровень самостоятельности детей. Работа дежурных сочетается с работой каждого ребенка: дети сами могут убирать за собой тарелки, а салфетки собирают дежурные. Организация совместной деятельности Совместная деятельность – деятельность двух и более участников образовательного процесса (взрослых и воспитанников) по решению образовательных задач на одном пространстве и в одно и то же время. Отличается наличием партнерской (равноправной) позиции взрослого и партнерской формой организации (возможность свободного размещения, перемещения и общения детей в процессе образовательной деятельности). Предполагает индивидуальную, подгрупповую и групповую формы организации работы с воспитанниками.

Организация самостоятельной деятельности. Самостоятельная деятельность:

1. свободная деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами предметно-развивающей образовательной среды, обеспечивающая выбор каждым ребенком деятельности по интересам и позволяющая ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально;
2. организованная воспитателем деятельность воспитанников, направленная на решение задач, связанных с интересами других людей (эмоциональное благополучие других людей, помощь другим в быту и др.).

Организация образовательной деятельности (занятий).

Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность занятия не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки. Продолжительность занятия для детей 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. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между образовательной деятельностью - не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине занятия статического характера проводятся физкультурные минутки. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п. Ежедневная организация жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

- 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;
- решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках занятий, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

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 дошкольном уровне образования для разновозрастной группы определен свой режим дня. Режим дня является примерным, его можно корректировать с учетом особенностей работы дошкольных групп, контингента детей, климата региона, времени года, длительности светового дня. При организации режима учитываются сезонные особенности. Поэтому в дошкольном уровне образования имеются три сезонных режима с постепенным переходом от одного к другому.

Режим дня в старшей разновозрастной группе (холодный период времени)

Время	Содержание режимных моментов
8.00 – 8.10	Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность
8.10 – 8.20	Утренняя зарядка
8.20 – 8.35	Подготовка к завтраку, самообслуживание, дежурство, завтрак
8.35 – 9.00	Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям
9.00 – 10.00	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия-2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
10.00 – 10.10	2-й завтрак
10.10 – 12.05	Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки
12.05 – 12.25	Подготовка к обеду, культурно-гигиенические процедуры, дежурство, обед
12.25– 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00-15.10	Постепенный подъем детей от сна, гимнастика после сна, закаливающие процедуры
15.10 – 15.25	Полдник
15.25 – 17.00	Прогулка, совместная деятельность взрослых и детей в режимных моментах, индивидуальной работе, постепенный уход детей домой.

Режим дня в младшей разновозрастной группе (холодный период времени)

Время	Режимные моменты и содержание
8.00 — 8.15	Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность
8.15 — 8.25	Утренняя зарядка
8.25 — 8.45	Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические процедуры, завтрак
8.45 — 9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям
9.00 — 9.40	Занятия
9.40 — 9.50	2-й завтрак
9.50 — 11.40	Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность детей, возвращение с прогулки
11.40 — 12.00	Подготовка к обеду, культурно-гигиенические навыки, обед
12.00 — 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00 — 15.10	Постепенный подъем детей от сна, гимнастика после сна, закаливающие процедуры
15.10 — 15.25	Полдник
15.25 — 17.00	Прогулка, совместная деятельность взрослых и детей в режимных моментах, индивидуальной работе, постепенный уход детей домой

Режим дня в теплый период года

Время	Режимные моменты и содержание
8.00 - 8.30	Прием детей (на воздухе); самостоятельная игровая деятельность детей; утренняя гимнастика на воздухе
8.30 – 8.45	Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические процедуры, дежурство, завтрак
8.45 – 9.50	Свободная игровая деятельность детей в игровых уголках, самостоятельная деятельность
9.50 – 10.00	Второй завтрак
10.00 – 11.40	Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность детей, возвращение с прогулки
11.40 – 12.00	Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, дежурство, обед
12.00 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00 – 15.10	Постепенный подъем детей, гигиенические и закаливающие процедуры
15.10 – 15.25	Подготовка к полднику, полдник
15.25 – 17.00	Вторая прогулка (в зависимости от погодных условий), самостоятельная деятельность детей, игры с детьми, индивидуальная работа, постепенный уход детей домой