

# Ежедневная организация жизни и деятельности детей в образовательном учреждении



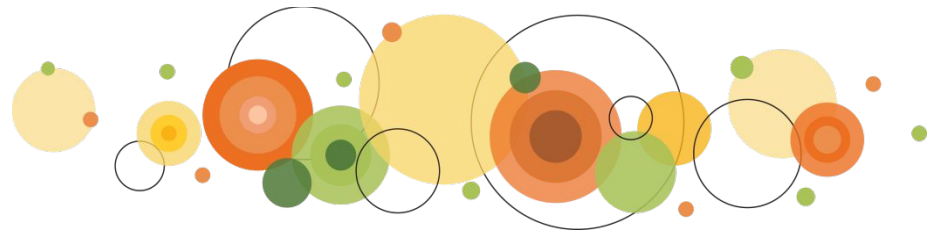
# Организация пребывания детей в образовательном учреждении

Режим дня детского сада - чередование различных видов деятельности и отдыха детей дошкольного возраста, отвечающее педагогическим и гигиеническим требованиям.



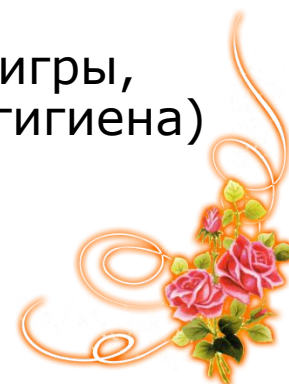
**Режимы дня для** возрастных группах разрабатываются на основе:

- **ФГТ к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования;**
- примерных режимов дня реализуемой в ДОО комплексной образовательной программы;
- **санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;**
- «Изменения № 1 к СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» (**СанПиН 2.4.1. 2791 -10**).



## ТРЕБОВАНИЯ К РЕЖИМУ ДНЯ

- Режим дня должен **соответствовать возрастным особенностям детей** и способствовать 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 суточного сна для детей дошкольного возраста **12 – 12,5 часов**, из которых **2,0 – 2,5 отводится дневному сну**.
- **Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 – 4,5 часов**. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна.
- **Самостоятельная деятельность детей 3 – 7 лет** ( игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня **не менее 3 – 4 часов**.



- **Максимально допустимый объём недельной образовательной нагрузки**, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет:
- **в младшей группе** (дети четвёртого года жизни) – **2 часа 45 мин**;
- **в средней группе** (дети пятого года жизни) – **4 часа**,
- **в старшей группе** (дети шестого года жизни) – **6 часов 15 минут**;
- **в подготовительной** (дети седьмого года жизни) – **8 часов 30 минут**.



- **Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей 4-го года жизни – не более 15 минут,**
- **для детей 5-го года жизни – не более 20 минут, для детей 6-го года жизни – не более 25 минут, а для детей 7-го года жизни – не более 30 минут.**

**Максимально допустимый объём 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.**

**Перерывы** между периодами непрерывной образовательной деятельности – **не менее 10 минут.**



# Примерный общий объем обязательной части основной общеобразовательной программы

Структура обязательной части основной общеобразовательной программы дошкольного образования	Возрастная группа			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
	Удельный вес в режиме полного дня (12 часов)			
Непосредственно образовательная деятельность и образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	14-17%	19-22%	26-29%	33-35%
Самостоятельная деятельность детей	25-30%	25-30%	25-30%	25-30%
Взаимодействие с семьями детей	5-10%	5-10%	5-10%	5-10%
<b>Итого:</b>	<b>44-57%</b>	<b>49-62%</b>	<b>56-69%</b>	<b>63-75%</b>

Коррекция режима дня проводится на основе следующих положений:

*-соответствие возрастным особенностям и психофизическим возможностям детей;*

*-учет сезонных изменений;*

*-смена деятельности ребенка, обеспечивающая полное функциональное восстановление организма;*

*-социального заказа родителей;*





При коррекции режима дня необходимо осуществить следующие шаги:

## ❖ ШАГ ПЕРВЫЙ

Изучить нормативные документы по организации режима дня



# ❖ ШАГ ВТОРОЙ

**Определить формы образовательной деятельности для каждой возрастной группы по каждой из 10 образовательных областей;**

<b>Форма образовательной деятельности</b>			
<b>Образовательная деятельность в ходе режимных моментов</b>	<b>Непосредственно образовательная деятельность</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	<b>Совместная деятельность с семьей</b>
<b>Формы организации</b>			
<b>Индивидуальные, подгрупповые</b>	<b>Групповые, подгрупповые, индивидуальные,</b>	<b>Индивидуальные</b>	<b>Групповые, подгрупповые, индивидуальные,</b>
Наблюдения Игра Проблемная ситуация Создание коллекций Рассматривание и т.д.	*Рисование, лепка, аппликация, и т.д. *Экспериментирование *Досуги *Проектная деятельность т т.д.	*Изобразительная *Двигательная и т.д.	*Прогулки *Экскурсии *Проектная деятельность *Создание коллекция И т.д.



## ❖ ШАГ ТРЕТИЙ

**Определить режимные моменты и их длительность для детей данного возраста;**

Длительность утреннего приема для детей старшего возраста составляет 80 минут, запускаем организацию взаимодействия с родителями (10-15 минут), СДВиР (20 минут), ОД в РМ (10 минут); оставшееся время целесообразно выделить для «Самостоятельной деятельности детей».

## Режим дня старшей группы (примерный общий объем обязательной части образовательной программы)

Режимные моменты	Длительность	НОД	ОД в РМ	СДД	Взаимодействие с семьей
Утренний прием	70 минут		20 минут		10-15 минут
Утренняя гимнастика	10 минут		10 минут		
Подготовка к завтраку, завтрак	25 минут		5 минут		
Игры, подготовка к НОД	5 минут				
НОД	90 минут	50 минут			
Второй завтрак	10 минут				
Подготовка к прогулке, прогулка	2 часа		45 минут		
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя и детей	10 минут				
Подготовка к обеду, обед	20 минут		5 минут		
Подготовка ко сну, сон	2 часа		5 минут		
Пробуждение, гигиенические процедуры	30 минут				
Подготовка к полднику, полдник	20 минут		5 минут		
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя и детей, НОД	70 минут	25 минут	15 минут		
Прогулка, уход детей домой	2 часа		25 минут		25-60 минут
<b>Итого:</b>	<b>720 минут</b>		<b>26-29%</b>	<b>25-30%</b>	<b>5-10%</b>

Заполнение данной таблицы позволит соблюсти баланс моделей образовательного процесса:

- «Совместная деятельность взрослого и детей»  
(НОД, СДВиР, СДД)
- «Самостоятельная деятельность детей»  
(свободная деятельность детей и организованная воспитателем деятельность воспитанников)
- «Взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования»





# ❖ ШАГ ПЯТЫЙ

Составление режима дня: определение времени, режимных моментов их содержания с учетом ФГТ и требований СанПиН.

□ Прогулка 4-4,5 часа

□ Дневной сон – 2-2,5 часа

□ Самостоятельная деятельность детей – 3-4 часа

**Объем образовательной нагрузки в неделю**

	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Максимальный объем нагрузки в неделю	11	12	15	17
Дополнительное образование	1	2	2	3
Продолжительность	15	20	25	30



## **В ГДОУ МОГУТ БЫТЬ РАЗРАБОТАНЫ РЕЖИМЫ ДНЯ:**

- -на холодный/теплый периоды года;*
- щадящие режимы для детей III-IV группы здоровья и перенесших заболевание;*
- режим для на период адаптации;*
- режим дня на период проведения праздников;*
- Режим дня на период проведения каникул;*

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится на основе **учета возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей и предусматривает личностно-ориентированный подход** к организации всех видов детской деятельности.

## Примерный режим на период адаптации

Режимные моменты	Третий год жизни	Примечание (часы)
Утренний прием, осмотр, совместная деятельность взрослого (мамы ) и ребенка	7.00 – 8.30	
Подготовка к завтраку, завтрак(здоровье, коммуникация, безопасность)	8.25– 8.50	
Адаптационные игры	8.50– 9.00	
Совместная деятельность взрослого и ребенка (в рамках реализуемых областей) Самостоятельная деятельность Обследование детей	9.00 – 9.30	
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, социализация, коммуникация, безопасность, физическая культура, познание)	9.30-11.30	(2.00)
Подготовка к обеду, обед (здоровье, безопасность)	11.30-12.20	
Подготовка ко сну, дневной сон (здоровье)	12.20 – 15.00	(2.40)
Постепенный подъем (здоровье, коммуникация)	15.00 – 15.15	
Подготовка к полднику, полдник (здоровье, социализация, коммуникация)	15.15 – 15.35	
Совместная деятельность взрослого и ребенка,, самостоятельная деятельность	15.35 – 16.30	
Подготовка к прогулке, прогулка (социализация, коммуникация, познание, безопасность, здоровье)	16.30 – 19.00	(2.30)
Уход домой	до 19.00	

## Примерный режим дня на холодный период года

Режимные моменты	Шестой год жизни	Примечание (часы)
Утренний прием (социализация, здоровье, физическая культура, труд, коммуникация)	7.00 – 8.30	
Подготовка к завтраку, завтрак (здоровье, социализация, коммуникация)	8.30 – 8.55	
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.55 – 9.00	
Непосредственно образовательная деятельность, самостоятельная деятельность детей ( <i>общая длительность</i> ), второй завтрак	9.00 – 10.30	<i>(0.50)</i>
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, социализация, коммуникация, познание, здоровье, физическая культура, безопасность)	10.30 – 12.30	<i>(2.00)</i>
Подготовка к обеду, обед (здоровье, социализация, коммуникация, безопасность)	12.30 – 13.00	
Дневной сон (здоровье)	13.00 – 15.00	<i>(2.00)</i>
Постепенный подъем (здоровье, безопасность, физическая культура, коммуникация)	15.00 – 15.30	
Подготовка к полднику, полдник(здоровье, социализация, коммуникация)	15.30 – 15.50	
Совместная образовательная деятельность (в рамках образовательных областей) и самостоятельная	15.50 – 17.00	<i>кружок (0.25)</i>
Подготовка к прогулке, прогулка(социализация, коммуникация, познание, безопасность, здоровье)	17.00 – 19.00	<i>(2.00)</i>
Уход домой	до 19.00	

## Примерный режим дня на теплый период года

Режимные моменты	Шестой год жизни	Примечание (часы)
Утренний прием на детской площадке (социализация, здоровье, физическая культура, труд, коммуникация)	7.00 – 8.30	
Подготовка к завтраку, завтрак (здоровье, социализация, коммуникация)	8.30 – 8.55	
Игры, подготовка к прогулке	8.55 – 9.30	
Прогулка (труд, социализация, коммуникация, познание, здоровье, физическая культура, безопасность), непосредственно образовательная деятельность, самостоятельная деятельность детей ( <i>общая длительность</i> ), второй завтрак	9.30 – 12.30	(3.00) (0.50)
Подготовка к обеду, обед (здоровье, безопасность)	12.30 – 13.00	(2.30)
Дневной сон (здоровье)	13.00 – 15.00	
Постепенный подъем (здоровье, безопасность, физическая культура, коммуникация)	15.00 – 15.30	
Подготовка к полднику, полдник(здоровье, социализация, коммуникация)	15.30 – 15.50	
Подготовка к прогулке, прогулка(самостоятельная деятельность и совместная деятельность взрослого и ребенка в рамках образовательных областей)	15.50 – 19.00	(3.10)
Уход домой	до 19.00	

## Пояснения к режиму дня на период проведения каникул

Данный режим вводится в каникулярный период.

- Увеличение времени дневного сна.
- Исключение организованных форм обучения.

## Пояснения к режиму дня при проведении праздников

Данный вариант режима предназначен к использованию в дни проведения праздничных мероприятий в учреждении.

- Смещено время проведения утренней прогулки.
- Отменены организованные формы обучения.



## **Пояснения к щадящему режиму**

Данный режим назначается детям в период реконвалесценции после острых заболеваний как реабилитационный, для детей III-IV группы здоровья.

### **Элементы щадящего режима**

#### **□ Сон.**

Увеличить продолжительность дневного сна. Для этого следует укладывать ребенка первым и поднимать последним. Обеспечить спокойную обстановку перед укладыванием, иногда перевести на режим, соответствующий более раннему возрасту.

#### **□ Кормление.**

Исключить нелюбимое блюдо; не заставлять съесть целую порцию; по показаниям соблюдать диету; кормление детей с повышенной возбудимостью проводить отдельно от всей группы; увеличить время, необходимое для приёма пищи.

## □ **Организация бодрствования**

Во время непосредственно образовательной деятельности увеличить индивидуальное обращение к ребенку, не допускать переутомления, разрешить отвлекаться, сократить продолжительность занятия, освободить от третьего занятия, обеспечить рациональную двигательную активность в группе и на прогулке, следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности).

## □ **Физическое воспитание.**

Исключить из физкультурных занятий бег, прыжки, подвижные игры (в это время может наблюдать за товарищами, помогать воспитателю); во время гимнастических занятий учить правильно дышать носом, путем подбора соответствующих упражнений; следить за рациональным использованием свежего воздуха (постепенно на 15-20 минут увеличивать время пребывания на воздухе при температуре воздуха от  $-10^{\circ}$  до  $-15^{\circ}$  С). Не отменять занятия утренней гимнастикой.

***Благодарим за внимание!***

