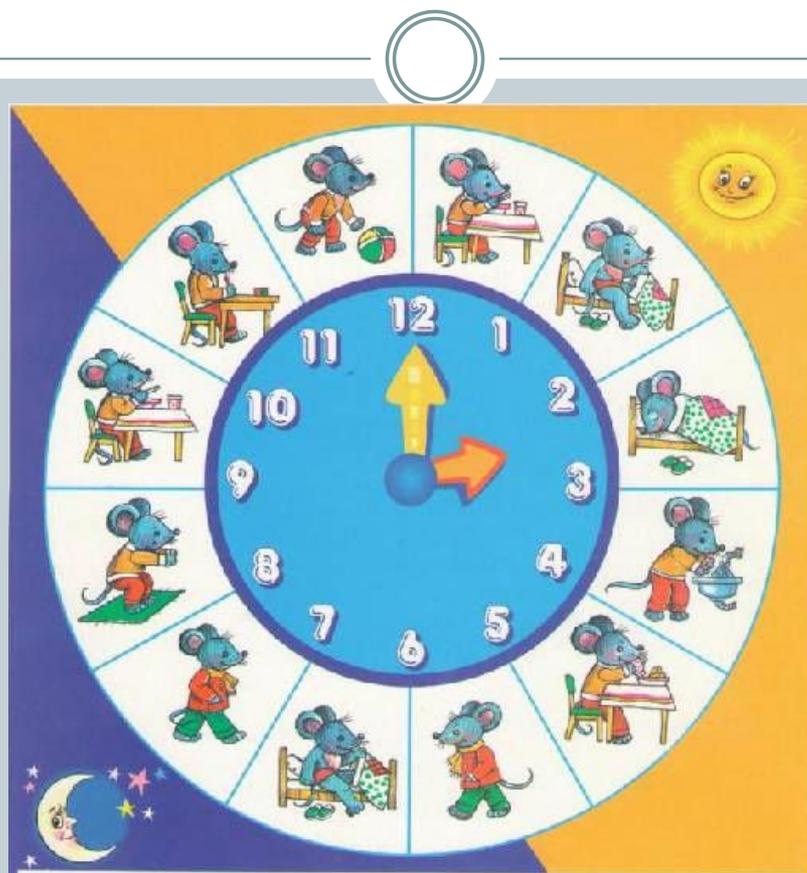


# РЕЖИМ ДНЯ В ДЕТСКОМ САДУ



# РЕЖИМ



- научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение во времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха.

# ЗНАЧЕНИЕ РЕЖИМА ДНЯ.

## ГИГИЕНИЧЕСКОЕ

Образуются прочные динамические стереотипы жизнедеятельности, облегчающие переход от одного ее вида к другому.

Выполнение режима благотворно влияет на нервную систему ребенка и на протекание всех физиологических процессов в организме.

## ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ

Способствует формированию культурно-гигиенических навыков, воспитанию организованности и дисциплинированности.

Точное выполнение режима воспитывает у детей чувство времени, они начинают его ценить.

# ТРЕБОВАНИЯ К РЕЖИМУ ДНЯ

**учет возрастных особенностей детей**

**учет состояния здоровья детей**

**постоянство режима**

**Учет времени года**

**учет и времени работы родителей**

**учет длительности пребывания  
детей в детском саду**

# ОСОБЕННОСТИ РЕЖИМА В ДОУ



- Режим детского сада предусматривает различные виды детской деятельности: бытовую, игровую, учебную и трудовую. Место, занимаемое той или иной деятельностью, и время, отведенное для нее в режиме, определяется возрастом детей. Так, в младших группах значительное время отводится на бытовые процессы. Затем оно сокращается, а увеличивается время на другие виды деятельности (игра, труд, занятия).
- Игре как основному виду деятельности дошкольников в детском саду отводится много времени.
- Во всех группах предусмотрено время для занятий; длительность их постепенно увеличивается.
- Специальное время отводится и для трудовой деятельности детей.
- Режим жизни детей круглосуточных групп имеет свою специфику. Так, например, занятия в этих группах могут начинаться на 20—30 мин. раньше, удлиняется утренняя прогулка и т. д.

# РОЛЬ ВЗРОСЛЫХ В ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА ДНЯ.



- Организатором правильного режима в каждой возрастной группе является воспитатель. Он проводит постоянную работу по приучению детей к выполнению режима.
- Привыкание детей к новому режиму жизни обычно продолжается в течение одной-двух недель. Срок адаптации ослабленных или резко возбудимых малышей удлиняется до пяти-шести недель.
- Необходимым условием правильного физического развития и воспитания детей является соблюдение режима в семье. Воспитатель знакомит родителей с режимом группы, которую посещают дети, помогает им организовать режим пребывания детей дома в вечерние часы и в выходные дни.

# ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



<b>Режимные процессы</b>	<b>Время (в часах)</b>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<b>В детском саду</b>	
Прием, утренняя гимнастика	7.00-8.20 (8.30)
Завтрак	8.20 (8.30) -8.55
Занятия	9.00 (9.20)-9.35-9.50 (10.50)
Прогулка	9.35 (10.50)-12.00 (12.40)
Обед	12.15 (12.40)-12.40 (13.10)
Сон	12.40 (13.10)-15.00
Полдник	15.25-15.40(15.50)
Прогулка	16.30-17.50(18.00)
Ужин	18.15-18.45
Уход домой	18.45-19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	19.00-20.00(20.15)
Спокойные игры, гигиенические	20.00 (20.15) -20.30 (20.45)