

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 01-04- 2/16 от 12.08.2022г.

Директор

МКОУ «Березовская СОШ»

_____ **Е.Г.Хомченко**

Режим дня

группы полного дня

муниципального казенного общеобразовательного учреждения

«Березовская средняя общеобразовательная школа»

на 2022 – 2023 учебный год

Пояснительная записка к режиму дня

Режим дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

- Режим дня составлен с расчетом на 10-часовое пребывание ребенка в детском саду (время работы: с 7.30 до 17.30).
- пятидневная рабочая неделя,
- выходные дни – суббота, воскресенье и праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

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 непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования

Организация режима дня

- При проведении режимных процессов ДООУ придерживается следующих ПРАВИЛ:
- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании),
- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.
- Формирование культурно-гигиенических навыков.
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- Учет потребности детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к каждому ребенку, 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, постоянно и постепенно.

- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня
- Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности детей. Бодрствование детей 3-7 лет составляет 5-6 час.

Ежедневная продолжительность прогулки составляет 3 – 4 часа, проводится 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину – после дневного сна. Общая продолжительность дневного сна 2 часа для детей 3 – 7 лет.

Самостоятельная деятельность детей (игры, организованная образовательная деятельность, личная гигиена) занимает в режиме не менее 3 – 4 ч.

В режиме дня указана длительность организованной образовательной деятельности, включая перерывы между ее различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно – эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

По действующему СанПиН 2.4.1.3049 максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ:

Для детей четвертого года жизни составляет 2 часа 45 минут. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности – не более 15 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня во второй младшей группе не превышает 30 минут. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Для детей пятого года жизни составляет 4 часа. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности – не более 20 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в средней группе не превышает 40 минут. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Для детей шестого года жизни составляет 6 часов 15 минут. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности – не более 25 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в старшей группе составляет 45 минут. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Для детей седьмого года жизни составляет 8 часов 30 минут. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности – не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в подготовительной группе не превышает 1,5 часа. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Чем ближе к индивидуальным особенностям детей режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше настроение и выше активность.

Режим дня (холодный период) разновозрастная группа

Режимные моменты	2 младшая группа (3 – 4года)	Средняя группа (4-5 года)	Старшая группа (5-6года)	Подготовительная группа (6 -7 лет)
1 половина дня	Время		Время	
Прием детей, осмотр (взаимодействие с родителями, коммуникация); утренняя гимнастика: (физическая культура, здоровье, игра); беседы с детьми: (коммуникация, социализация, познание), наблюдения в природе: (труд, познание); свободные игры (игра); индивидуальные и подгрупповые дидактические игры: (познание, коммуникация, социализация, игра); чтение художественной литературы.	7.30 - 8.25	7.30 - 8.25	7.30 - 8.25	7.30 - 8.25
Подготовка к 1-му завтраку, завтрак. Самостоятельные гигиенические процедуры, дежурство (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).	8.25 - 8.50	8.25 - 8.50	8.25 - 8.50	8.25 - 8.50
Самостоятельная игровая деятельность Игры ролевые, дидактические (игра, познание социализация, коммуникация), беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным образовательным областям, самостоятельная игровая и художественная деятельность детей (игра, познание социализация, коммуникация, художественное творчество).	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 - 9.45	9.00 - 9.50	9.00 - 10.45	9.00 - 10.50
Подготовка ко 2 -му завтраку, завтрак. (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).	9.50 - 10.00	9.50 - 10.00	10.50 - 11.00	10.50 - 11.00

Подготовка к прогулке (самообслуживание, социализация, коммуникация). прогулка (игры, наблюдения, труд): наблюдение в природе (познание, безопасность, труд), труд в природе и в быту, подвижные игры (физкультура, здоровье, познание), ролевые игры (познание, социализация, коммуникация), индивидуальная работа по развитию движений (здоровье, физкультура), дидактические игры по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познание, коммуникация, социализация, безопасность), беседы с детьми (познание, коммуникация), рисование на мольбертах (художественная деятельность). Физкультура на улице (физкультура, здоровье, подвижные игры, коммуникация, познание) Возвращение с прогулки.	10.00 - 12.15	10.00 - 12.15	11.00 - 12.30	11.00 - 12.30
Подготовка к обеду, (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познание, художественная литература, социализация, коммуникация) Обед (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).	12.15 - 13.00	12.15 - 13.00	12.30 - 13.00	12.30 - 13.00
2 половина дня				
Подготовка ко сну, сон. (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны)	13.00 - 15.00	13.00 - 15.00	13.00 - 15.00	13.00 - 15.00
Подъем (здоровье, физическая культура, труд, самообслуживание, художественная литература, коммуникация, социализация).	15.00 - 15.25	15.00 - 15.25	15.00 - 15.25	15.00 - 15.25
Подготовка к полднику, полдник, (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).	15.25 - 15.40	15.25 - 15.40	15.25 - 15.40	15.25 - 15.40
Совместная и самостоятельная деятельность игра, познание социализация, коммуникация, художественное творчество) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным образовательным областям Самостоятельная игровая и художественная деятельность детей(игра, познание социализация, коммуникация, художественное творчество	15.40 - 16.00	15.40 - 16.00	15.40 - 16.00	15.40 - 16.00

Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, наблюдение в природе (познание, безопасность, труд), труд в природе и в быту (безопасность, коммуникация, социализация), подвижные игры (физкультура, здоровье, познание), ролевые игры (познание, социализация, коммуникация), индивидуальная работа по развитию движений (здоровье, физкультура), дидактические игры по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познание, коммуникация, социализация), беседы с детьми (познание, коммуникация), рисование на мольбертах (художественная деятельность). Возвращение с прогулки.	16.00 - 16.40	16.00 - 16.40	16.00 - 16.40	16.00 - 16.40
Подготовка к ужину, ужин, (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).	16.40 - 17.00	16.40 - 17.00	16.40 - 17.00	16.40 - 17.00
Совместная и самостоятельная деятельность игра, познание социализация, коммуникация, художественное творчество) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным образовательным областям Самостоятельная игровая и художественная деятельность детей (игра, познание социализация, коммуникация, художественное творчество Уход домой (взаимодействие с семьей, социализация, коммуникация).	17.00 - 17.30	17.00 - 17.30	17.00 - 17.30	17.00 - 17.30

РЕЖИМ ДНЯ (теплый период)

№	Режимные моменты	разновозрастная группа			
		3-4 лет	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1.	<i>Утро радостных встреч:</i> Встреча детей на участке, встреча с друзьями Проявление заботы и внимания о них Утренняя гимнастика на свежем воздухе	7.30 - 8.25	7.30 - 8.25	7.30 - 8.25	7.30 - 8.25
2.	Подготовка к завтраку, завтрак. Самостоятельные гигиенические процедуры, дежурство (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).	8.25 - 8.50	8.25 - 8.50	8.25 - 8.50	8.25 - 8.50
3.	Самостоятельная игровая деятельность Игры ролевые, дидактические (игра, познание социализация, коммуникация), беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным образовательным областям, самостоятельная игровая и художественная деятельность детей (игра, познание социализация, коммуникация, художественное творчество)	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00
4.	<i>День интересных дел:</i> Понедельник - «ЛЮБОЗНАЙКА» (окружающий мир) Вторник - «ДЕНЬ ТВОРЧЕСТВА» - (продуктивные виды деятельности) Среда - «ЗДОРОВЕЙКА» - (безопасность, здоровье) Четверг - «ТРУДОЛЮБИЮ» - экспериментальная деятельность с детьми, труд в природе. Пятница - «ПОТЕШНИК» - развлечения, досуг или праздник. Музыкальная деятельность - 2 раза в неделю (по плану музыкального руководителя). Физкультурная деятельность на улице - 3 р. в неделю Прогулка (наблюдение, труд, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера, индивидуальная работа с детьми).	9.00 - 9.45	9.00 - 9.50	9.00 - 10.45	9.00 - 10.50
5	Подготовка ко 2 -му завтраку, завтрак. Самостоятельные гигиенические процедуры. Дежурство (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).	9.50 – 10.00	9.50 – 10.00	10.45 – 11.00	10.50 – 11.00

5.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) (самообслуживание, социализация, коммуникация)., прогулка (игры, наблюдения, труд): наблюдение в природе (познание, безопасность, труд), труд в природе и в быту, подвижные игры (физкультура, здоровье, познание), ролевые игры (познание, социализация, коммуникация), индивидуальная работа по развитию движений (здоровье, физкультура), дидактические игры по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познание, коммуникация, социализация, безопасность), беседы с детьми (познание, коммуникация), рисование на асфальте, на мольбертах (художественная деятельность). Возвращение с прогулки.	10.00 - 12.15	10.00 - 12.15	11.00 - 12.30	11.00 - 12.30
6.	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду, обед	12.15 - 13.00	12.15 - 13.00	12.30 - 13.00	12.30 - 13.00
7.	Подготовка ко сну, сон. (Здоровье)	13.00 - 15.15	13.00 - 15.15	13.00 - 15.15	13.00 - 15.15
8.	Совместная деятельность (оздоровительные мероприятия).	15.15 - 15.25	15.15 - 15.25	15.15 - 15.25	15.15 - 15.25
9.	Подготовка к полднику, полдник. Самостоятельные гигиенические процедуры, дежурство (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).	15.25 - 15.40	15.25 - 15.40	15.25 - 15.40	15.25 - 15.40
10.	Совместная деятельность (игры - Игры ролевые, дидактические (игра, познание социализация, коммуникация), беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным образовательным областям, самостоятельная игровая и художественная деятельность детей(игра, познание социализация, коммуникация, художественное творчество) Досуги, развлечения	15.40 - 16.00	15.40 - 16.00	15.40 - 16.00	15.40 - 16.00
11	Подготовка к прогулке (самообслуживание, социализация, коммуникация). Прогулка: наблюдение в природе (познание, безопасность, труд), труд в природе и в быту, подвижные игры (физкультура, здоровье, познание), ролевые игры (познание, социализация, коммуникация), индивидуальная работа по развитию движений (здоровье, физкультура), дидактические игры по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познание, коммуникация, социализация, безопасность), беседы с детьми (познание, коммуникация). Возвращение с прогулки.	16.00 - 16.40	16.00 - 16.40	16.00 - 16.40	16.00 - 16.40

12	Подготовка к ужину, ужин, (самообслуживание, безопасность, культурно- гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).	16.40 - 17.00	16.40 - 17.00	16.40 - 17.00	16.40 - 17.00
13.	Самостоятельная деятельность, игры, труд самообслуживание, социализация, коммуникация, игры	17.00 - 17.30	17.00 - 17.30	17.00 - 17.30	17.00 - 17.30