

**Ежедневная организация жизни и деятельности детей государственного
казенного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 1 «Радуга».**

Ежедневная организации 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. Одно из ведущих мест в ДООУ принадлежит режиму дня. Под режимом принято понимать научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха. Основные компоненты режима: дневной сон, бодрствование (игры, трудовая деятельность, непосредственно образовательная деятельность, совместная и самостоятельная деятельность), прием пищи, время прогулок.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 ч.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста составляет 12-12,5 ч, из которых 2,0-2,5 ч отводится дневному сну. Детей, которые трудно засыпают и чутко спят, укладывают первыми и поднимаются последними. Присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне во время сна детей обязательно.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4-4,5 ч. Прогулка организуется дважды в день: в первой половине — до обеда и во второй — после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Для детей до 4 лет прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с, а для детей 5-7 лет — при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с.

При проведении режимных процессов придерживаемся следующих правил:

1. Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании).
2. Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
3. Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.
4. Формирование культурно-гигиенических навыков.
5. Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.

6. Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
7. Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к 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, постоянство и постепенность.

Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня. В детском саду выделяют следующее возрастное деление детей по группам:

3-4 года — группа «Солнышко»
4-5 лет — группа «Капитошка»
5-6 лет — группа «Колобок»

Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

Непосредственная образовательная деятельность (НОД), продолжительность:

- в группе (дети от 3 до 4 лет) — до 15 минут;
- в группе (дети от 4 до 5 лет) — 20 минут;
- в группе (дети от 5 до 6 лет) — 20-25 минут;

Согласно СанПиН в каждой возрастной группе включены три НОД по физической культуре (для детей 5-7 лет два проводятся в физкультурном зале, одно — на свежем воздухе).

Построение воспитательно-образовательного процесса осуществляется на основе учебного плана.

Компоненты и содержание режима пребывания детей в ДОУ

	<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 3 до 4 лет</u>	Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	<i>1. Регламентированная деятельность (занятия и другие специально организованные формы работы), в т.ч.:</i>	кол-во в неделю	45 минут, в т.ч.
	• НОД	170 мин. в неделю.	34 минут
	• Утренняя гимнастика	ежедневно	6 минут
	• Развлечение, праздник	1 раз в 2 недели	5 минут
Примечание. <i>Используются интегрированные формы работы и виды деятельности.</i>			

Длительность одного НОД не более 15 минут. Для равномерного распределения нагрузки на детей разрабатывается расписание с НОД. Предусматривается периодическая смена деятельности во время НОД. Проводятся НОД в игровой форме.

Содержание образования	2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:	ежедневно	3 часа в т. ч.
	• игра	ежедневно	75 минут
	• двигательная деятельность	ежедневно	50 минут
	• предметно-практическая, исследовательская деятельность	ежедневно	25 минут
	• чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	10 минут
	• воспитание и обучение в процессе выполнения режимных моментов	ежедневно	15 минут
	• психолого-педагогическое сопровождение	ежедневно	5 минут

Примечание. Используются интегрированные формы работы и виды деятельности, допускается модификация распределения времени в соответствии с реализуемой программой.

Содержание присмотра и ухода	3. Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	7 часов 5 минут
	• Подготовка ко сну, сон	ежедневно	130 минут
	• прогулка	2 раза в день	180 минут
	• закаливающие и другие оздоровительные процедуры	ежедневно	5 минут
	• Подготовка к приему пищи, прием пищи (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник,)	Ежедневно	105 минут
	4. Оказание помощи ребенку в выполнении режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	в течение дня
	• в гигиенических процедурах		
	• в одевании, раздевании		
• в приеме пищи			
	5. Наблюдение за эмоциональным состоянием и	ежедневно	в течение дня

	<i>самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)</i>		
	<i>6. Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия, развитии ребенка)</i>	ежедневно	
	<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 4 до 5 лет</u>	Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	<i>1. Регламентированная деятельность (занятия и другие специально организованные формы работы), в т.ч.:</i>	ежедневно	58 мин., в т.ч.
	• НОД	200 мин. в неделю	40 мин. в день
	• Утренняя гимнастика	ежедневно	8 минут
	• Развлечение, праздник	1 раз в неделю	8 минут
<i>Примечание. Используются интегрированные формы работы и виды деятельности. Длительность одного НОД не более 20 минут. Для равномерного распределения нагрузки на детей разрабатывается расписание сНОД. Предусматривается периодическая смена деятельности во время НОД. Проводятся НОД в игровой форме.</i>			
Содержание образования	<i>2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:</i>	ежедневно	2 часа 27 минут, в т.ч.:
	• игра	ежедневно	40 минут
	• двигательная деятельность	ежедневно	30 минут
	• предметно-практическая, исследовательская деятельность	ежедневно	27 минут
	• чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	20 минут
	• воспитание и обучение в процессе выполнения	ежедневно	20 минут

	режимных моментов		
	<ul style="list-style-type: none"> • психолого-педагогическое сопровождение 	ежедневно	10 минут
<i>Примечание. Используются интегрированные формы работы и виды деятельности, допускается модификация распределения времени в соответствии с реализуемой программой.</i>			
Содержание присмотра и ухода	3. Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	7 часов 05 минут
	<ul style="list-style-type: none"> • сон 	ежедневно	120 минут
	<ul style="list-style-type: none"> • прогулка 	2 раза в день	180 минут
	<ul style="list-style-type: none"> • гигиенические процедуры (умывание, одевание, раздевание, туалет) 	2 раза в день	25 минут
	<ul style="list-style-type: none"> • закаливающие и другие оздоровительные процедуры 	ежедневно	5 минут
	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к приему пищи, прием пищи (завтрак, 2-завтрак, обед, полдник) 	ежедневно	95 минут
	4. Оказание помощи ребенку в выполнении режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	в течение дня
	<ul style="list-style-type: none"> • в гигиенических процедурах 		
<ul style="list-style-type: none"> • в одевании, раздевании • в приеме пищи 			
	5. Наблюдение за эмоциональным состоянием и самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)	ежедневно	в течение дня
	6. Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия, развитии ребенка)	ежедневно	
	<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 5 до 6 лет</u>	Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	1. Регламентированная деятельность (занятия и другие специально организованные формы работы), в т.ч.:	ежедневно	1ч. 18 мин., т.ч.

	• НОД	290 мин. в неделю,	58 минут в день
	• Утренняя гимнастика	ежедневно	10 минут
	• Развлечение, праздник	раз в неделю	10 минут

***Примечание.** Используются интегрированные формы работы и виды деятельности. Длительность одного НОД не более 25 минут. Для равномерного распределения нагрузки на детей разрабатывается расписание с НОД. Предусматривается периодическая смена деятельности во время НОД. Проводятся НОД в игровой форме.*

Содержание образования	2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:	ежедневно	2 часа 22 минуты, в т. ч.:
	• игра	ежедневно	35 минут
	• двигательная деятельность	ежедневно	30 минут
	• предметно-практическая, исследовательская деятельность	ежедневно	27 минут
	• чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	20 минут
	• воспитание и обучение в процессе выполнения режимных моментов	ежедневно	20 минут
	• психолого-педагогическое сопровождение	ежедневно	10 минут

***Примечание.** Используются интегрированные формы работы и виды деятельности, допускается модификация распределения времени в соответствии с реализуемой программой.*

Содержание присмотра и ухода	3. Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	6 часов 50 минут
	• Подготовка ко сну, сон	ежедневно	120 минут
	• прогулка	2 раза в день	180 минут
	• гигиенические процедуры (умывание, одевание, раздевание, туалет)	2 раза в день	20 минут
	• закаливающие и другие оздоровительные процедуры	ежедневно	5 минут

	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к приему пищи, прием пищи (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник) 	ежедневно	85 минут
	<p>4. Оказание помощи ребенку в выполнении режимных процессов, в т.ч.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • в гигиенических процедурах • в одевании, раздевании • в приеме пищи 	ежедневно	в течение дня
	<p>5. Наблюдение за эмоциональным состоянием и самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)</p>	ежедневно	в течение дня
	<p>6. Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия, развитии ребенка)</p>	ежедневно	