МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «БЕЛОЧКА»
МБДОУ «БЕЛОЧКА»
655152, Республика Хакасия, г. Черногорск, переулок Рабочий, дом 15,
телефон: 8(39031) 2-34-24

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ «Белочка»
Протокол № 1
от «26» августа 2021

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Белочка»
Н.А. Мироненко
Приказ № 97-АД
от «26» августа 2021

Мироненко Надежда Анатольевна

Подписано цифровой подписью: Мироненко Надежда Анатольевна
Дата: 2021.09.02 15:39:13 +02'00'

Режим занятий МБДОУ «Белочка»
на 2021-2022 учебный год.
Пояснительная записка.

Организация жизни и деятельности детей определяется «Режимом дня». В дошкольном учреждении разработан режим дня в соответствии с СанПиН для детей от 2 до 7 лет.

Основу режима составляет установленный распорядок сна и бодрствования, приёмов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, непрерывно образовательной деятельности (далее НОД) и занятий, прогулок и самостоятельной деятельности.

Учитывая сезонные изменения в течение года, Учреждение работает по режиму дня в летний и зимний период.

Содержание и методы работы с детьми от 2 до 7-х лет специфичны. Основной задачей педагогической работы является обеспечение полноценного и своевременного психического развития. Не менее важно в этом возрасте сформировать привычку к здоровому образу жизни. В режиме дня главное не время, а содержание режимных моментов. Так как оно воспитывает и развивает ребенка.

В режиме дня выделено время для совместной деятельности, которое воспитатель по своему усмотрению, в зависимости от интересов и желаний детей, заполняет полезными и увлекающими их делами.

В течение года (ноябрь, январь, март) для воспитанников дошкольных групп организованы недельные каникулы, во время которых проводятся занятия только физического и художественно-эстетического цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

В дни каникул и в летний период занятия не проводятся. Организуются спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии, а также увеличивается продолжительность прогулок.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляют с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов (организация питания, сна) направлена на охрану здоровья ребенка, физическое и социально-личностное развитие. Самостоятельная игровая деятельность детей в группе детского сада обеспечивается соответственно возрасту детей.

Утренний отрезок времени (с 7-ми до 9-ти) включает традиционные для дошкольного образовательного учреждения режимные моменты, которые организует воспитатель. При этом он стремится в каждый момент общения с детьми реализовать определенные задачи воспитания и обучения. В этот же период, когда детей еще мало, организуются индивидуальные занятия с детьми.

С 9.00 часов начинается непрерывная образовательная деятельность и занятия по учебному плану Учреждения. Практика показывает, что наиболее эффективной формой организации детей на непрерывной образовательной деятельности - является подгрупповая форма. После первой непрерывной образовательной деятельности и десятиминутного перерыва подгруппы меняются. В оставшееся время до прогулки заполняется организованной воспитателем игрой или предоставлено детям для занятий по интересам. На этом моменте хочется остановиться подробнее. С нашей точки зрения, именно способность детей самостоятельно найти себе интересные и полезные занятия характеризует проведенную образовательную работу в группе. Чтобы ребенок мог воспользоваться предоставленными ему играми и игрушками, он должен быть обучен играть с ними, уметь взаимодействовать с товарищами, руководствоваться правилами и подчиняться им. Способность выбора дидактической игры доступной по сложности возможностям ребенка отражает уровень сформированности его собственной самооценки. Наблюдение за свободной деятельностью детей является важным показателем в оценке эффективности работы воспитателя группы.

Занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует проводить в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда). Для профилактики утомления детей рекомендуется сочетать указанные занятия с физкультурными и занятиями художественно-эстетического цикла.

Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 – 4,5 часов. Во время прогулки с детьми необходимо проводить игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещения.

На прогулке реализуются как оздоровительные задачи, так и специальные образовательные. Оздоровительные задачи решаются за счет специально подобранных упражнений и игр. Образовательные задачи решаются главным

образом за счет целенаправленно организованного наблюдения за явлениями природы, животными, птицами и растениями. На прогулке организуются игры с правилами, дидактические игры, сюжетно-ролевые игры. После прогулки дети готовятся к обеду, обедают, а затем организуется дневной сон. Этот период времени используется для реализации задач социально-нравственного развития и выработки правильных социальных и гигиенических навыков.

Для детей от 2 до 7 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр. Дневной сон имеет большое значение для детей всех возрастов, так как позволяет им восстановить силы. После занятий и прогулки некоторые дети истощаются, и поэтому процедура укладывания хорошо продумывается и ожидается детьми. Чтобы ребенок при засыпании испытывал спокойные положительные эмоции, мы применяем слушание с закрытыми глазами записей звуков леса и небольших отрывков специально подобранных художественных произведений.

Подъем детей также имеет специфические особенности. Пробуждение детей проходит не одновременно и педагогам следует обеспечить плавный постепенный выход детей из сна. Для этого воспитатель включает магнитофон на небольшую громкость со спокойной музыкой, постепенно по мере просыпания детей громкость повышается и педагог беседует с детьми об их снах. При этом следует помнить, что особенно в период адаптации дети часто пугаются в период просыпания и плачут, поэтому детей следует настроить на определенные темы беседы. После того как большинство детей проснулись, проводится «гимнастика пробуждения». Это специально сконструированный комплекс упражнений, позволяющий постепенно разогреть мышцы и поднять настроение. Одевание детей проводится под динамичную музыку.

Далее распорядок дня строится следующим образом: игры, полдник, непрерывная образовательная деятельность (если оно предусмотрено расписанием занятий), вечерняя прогулка, игры. При необходимости проводятся дополнительные занятия по освоению образовательных областей и консультации для родителей по содержанию психолого-педагогической работы с детьми старшего дошкольного возраста в условиях семьи.

Режим дня на холодный период года (1 сентября-31 мая)

Режимные моменты	**Группы**				
	группа раннего возраста	**младшая**	**разновозрастная**		**подготовительная**
			4-5 лет	**5-6 лет**	
Приём детей, осмотр, игры, совместная и самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10	8.00 - 8.10		8.15 - 8.25
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к завтраку)	8.10 - 8.25	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30		8.30 - 8.40

Завтрак	8.25 - 8.50	8.30 - 8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50	8.40 – 8.50
Подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00
Непрерывно образовательная деятельность	9.00 - 9.10	9.00 - 9.15	9.00 - 9.20	9.00 - 9.25	9.00 - 9.30
	Перерыв 10 минут				
		9.25 – 9.40	9.30 – 9.50	9.35 - 10.00	9.40 – 10.10 10.20 – 10.55
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.10 - 10.20
Игры, совместная и самостоятельная деятельности, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.10 – 10.15	09.50 – 10.40	9.50 – 10.40	10.00 – 10.45	10.55 – 11.10
Прогулка (игры)	10.15 – 11.40	10.40 – 12.00	10.40 – 12.00	10.45 – 12.10	11.10 – 12.15
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к обеду)	11.40 – 11.50	12.00 - 12.10	12.00 - 12.10	12.10 - 12.20	12.15 - 12.25
Обед	11.50 – 12.15	12.10 – 12.30	12.10 - 12.30	12.20-12.40	12.30-12.50
Формирование навыков самообслуживания (подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.15 – 12.25	12.30 - 12.40	12.30 - 12.40	12.40-12.50	12.50 - 13.00
Дневной сон	12.25 – 15.00	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00	12.50 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, закаливание, гимнастика после сна	15.00 - 15.10	15.00 - 15.10	15.00 - 15.10	15.00 -15.10	15.00 - 15.10
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к полднику)	15.10 - 15.20	15.10 - 15.20	15.10 - 15.20	15.10 -15.15	15.10 - 15.15
Полдник	15.20 - 15.35	15.20 - 15.35	15.20 - 15.35	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30
Игры, самостоятельная деятельность, экспериментирование и труд, НОД	15.35 - 16.25	15.35 - 16.25	15.35 - 16.25	15.30 - 16.30	15.30 - 16.30
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к ужину)	16.25 - 16.35	16.25 - 16.35	16.25 - 16.35	16.30 -16.40	16.30 -16.40
Ужин	16.35 - 16.55	16.40 - 16.55	16.40 - 16.55	16.45 -17.00	16.45 -17.00
Формирование навыков самообслуживания (подготовка к прогулке), прогулка, совместная и самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.55 - 19.00	16.55 - 19.00	16.55 - 19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

Режим дня на теплый период года (1 июня -31 августа)

Режимные моменты	**Группы**				
	группа раннего возраста	**младшая**	**разновозрастная**		**подготовительная**
			4-5 лет	**5-6 лет**	
Приём детей, осмотр, игры, совместная и самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10	8.10 - 8.20	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.30 - 8.40
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к завтраку)	8.10 - 8.25	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.30 - 8.40	8.10 - 8.25
Завтрак	8.25 - 8.50	8.30 - 8.50	8.30 – 8.50	8.35 – 8.50	8.40 – 8.50
Игры, совместная и самостоятельная деятельности, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.50 - 9.55	8.50 - 9.55	8.50 - 9.55	8.50 - 9.55	8.50 – 10.05

Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка ко второму завтраку)	9.55-10.00	9.55-10.00	9.55-10.00	9.55-10.00	10.05-10.10
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.10 - 10.20
Игры, совместная и самостоятельная деятельности, подготовка к прогулке, выход на прогулку. Прогулка	10.10 – 11.40	10.10 – 12.00	10.10 – 12.00	10.10 – 12.20	10.20 – 12.15
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к обеду)	11.40 - 11.50	12.00 - 12.10	12.00 - 12.10	12.10 - 12.20	12.15 - 12.25
Обед	11.50 – 12.15	12.10 – 12.30	12.10 - 12.30	12.20-12.40	12.30-12.50
Формирование навыков самообслуживания (подготовка ко сну, гигиенические процедуры)	12.15 – 12.25	12.30 - 12.40	12.30 - 12.40	12.40-12.50	12.50 - 13.00
Дневной сон	12.25 – 15.00	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00	12.50 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, закаливание, гимнастика после сна	15.00 - 15.10	15.00 - 15.15	15.00 - 15.15	15.00 -15.15	15.00 - 15.15
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к полднику)	15.10 - 15.20	15.10 - 15.20	15.10 - 15.20	15.15 -15.25	15.15 - 15.25
Полдник	15.20 - 15.35	15.20 - 15.35	15.20 - 15.35	15.25 - 15.40	15.25 - 15.40
Игры, совместная и самостоятельная деятельности, подготовка к прогулке, выход на прогулку. Прогулка	15.35 - 16.20	15.35 - 16.25	15.35 - 16.25	15.40 - 16.30	15.40 - 16.30
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к ужину)	16.20 - 16.35	16.25 - 16.35	16.25 - 16.35	16.30 -16.40	16.30 -16.40
Ужин	16.35 - 16.55	16.35 - 16.55	16.35 - 16.55	16.45 -17.00	16.45 -17.00
Формирование навыков самообслуживания (подготовка к прогулке), прогулка, совместная и самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.55 - 19.00	16.55 - 19.00	16.55 - 19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

Режим дня группы кратковременного пребывания

I подгруппа (9.00 – 12.00)

В теплый период (1 июня - 31 августа)					
Прием, осмотр	Игры, подготовка к прогулке. Прогулка.	Культурные практики, подготовка к прогулке	Прогулка, возвращение с прогулки	Совместные игры	Уход домой
8.45-9.00	9.00-10.00	10.00-10.15	10.15-11.40	11.40-12.00	12.00
В холодный период (1 сентября-31 мая)					
Прием, осмотр, совместная деятельность	Игры/НОД	Совместная деятельность с воспитателем	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулке	НОД/совместные игры	Уход домой
8.45-9.00	9.00-9.25	9.25-10.15	10.15-11.40	11.40-12.00	12.00

II подгруппа (15.00 – 18.00)

В теплый период (1 июня -31 августа)					
Прием, осмотр	Совместные игры	Подготовка к прогулке. Прогулка, возвращение с прогулки	Совместные игры, культурные практики	Подготовка к прогулке, прогулка.	Уход домой
15.00-15.10	15.10-15.30	15.35-16.20	16.20-16.55	16.55-18.00	18.00
В холодный период (1 сентября-31 мая)					
Прием, осмотр	НОД/совместные игры		Совместные игры, культурные практики	Подготовка к прогулке, прогулка.	уход домой
15.00-15.10	15.10-16.00		16.00-17.00	17.00-18.00	18.00

Варианты режима дня

Для плохой погоды:

- организация прогулки в помещении (физкультурный и музыкальный залы хорошо проветриваются, в определенные для каждой группы часы дети, соответственно одеты, приходят поиграть, а в это время в групповой комнате проводится сквозное проветривание);
- смена помещений;
- свободное перемещение детей по учреждению;
- проведение развлекательных программ.

В дни карантинов и периодов повышенной заболеваемости:

- в режиме дня выделяется время для осмотра детей, проведение профилактических мероприятий;
- снижение физической и интеллектуальной нагрузки;
- увеличение время пребывания детей на воздухе.

Комфортная организация режимных моментов:

- организация набора технологий режимных моментов (приема пищи, сбор на прогулку, укладывание спать, проведение закаливающих процедур);
- для воспитанников, вновь поступающих в ДОУ, предполагаются индивидуальные адаптационные режимы.

Контроль за выполнением режимов дня:

- В МБДОУ «Белочка» осуществляет медицинский работник, заведующий, старший воспитатель, педагоги, родители.