

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад»**

СОГЛАСОВАН:

педагогическим советом
МАДОУ ЦРР – детский сад
Протокол № 1 от 31 августа 2016г.



УТВЕРЖДЕН:

заведующим МАДОУ ЦРР- детский сад
Т.М. Медведева
Приказ № 104/3 от 01 сентябрь 2016г.

Юридический адрес:

623300, Свердловская область, город Красноуфимск, улица Берёзовая, дом 8.

Фактический адрес:

623300, Свердловская область, город Красноуфимск, улица Берёзовая, дом 8.

623300, Свердловская область, город Красноуфимск, улица Нефтяников, дом 10.

Режим дня воспитанников

**Муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения «Центр развития ребенка - детский сад»
на 2016-2017 г.**

2016 г.

Режим дня воспитанников МАДОУ ЦРР – детский сад на 2016-2017год

<i>Режимные моменты</i>	<i>Группа раннего возраста</i>	<i>1 младшая группа</i>	<i>2 младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая группа</i>	<i>Подготовительная к школе группа</i>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная и совместная игровая деятельность, утренняя гимнастика.	7.45.-8.30.	7.45.-8.30.	7.45.-8.30.	7.45.-8.30.	7.45.-8.35.	7.45.-8.45.
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30.-9.00.	8.30.-9.00.	8.30.-9.00.	8.30.-9.00.	8.35.-9.00.	8.45.-9.00.
Непосредственно образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы на двигательную, игровую, свободную самостоятельную деятельность).	9.00.-9.45. НОД по подгруппам по 9 минут	9.00.-9.45. НОД по подгруппам по 9 минут	9.00.-10.00. из них НОД 30 минут	9.00.-10.40. из них НОД 40 минут	9.00.-11.00. из них НОД 45 минут	9.00.-11.30. из них НОД 1 час 30 минут
Дневная прогулка	9.45.-11.30.	9.45.-11.30.	10.00.-11.50.	10.40.-12.20.	11.00.-12.30.	11.30.-12.45.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед.	11.30.-12.00.	11.30.-12.00.	11.50.-12.20.	12.20.-12.45.	12.30.-12.55.	12.45.13.00.
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон.	12.00.-15.00.	12.00.-15.00.	12.20.-15.00.	12.45.-15.00.	12.55.-15.00.	13.00.-15.00.
Постепенный подъем, гигиенические, закаливающие процедуры.	15.00.-15.30.	15.00.-15.30.	15.00.-15.30.	15.00.-15.30.	15.00.-15.30.	15.00.-15.30.
Подготовка к полднику, полдник.	15.30.-16.00.	15.30.-16.00.	15.30.-16.00.	15.30.-16.00.	-	-
Самостоятельная и совместная игровая деятельность						
Самостоятельная и совместная игровая деятельность, непосредственно образовательная деятельность/дополнительное образование.	16.00.-16.30. (по подгруппам)	16.00.-16.30. (по подгруппам)	16.00.-16.30.	16.00.-16.30.	15.30.-16.15.	15.30.-16.15.
Подготовка к полднику, полдник.	-	-	-	-	16.15.-16.30.	16.15.-16.30.
Самостоятельная и совместная игровая деятельность						
Вечерняя прогулка	16.30.-17.45.	16.30.-17.45.	16.30.-17.45.	16.30.-18.15.	16.30.-18.15	16.30.-18.15.
Возвращение с прогулки, свободная игра, уход детей домой.	17.45.-18.15.	17.45.-18.15.	17.45.-18.15.	-	-	-

Организация утреннего приема детей и режим дня воспитанников

Утренний прием детей.

Впервые поступающие в дошкольную образовательную организацию, осуществляется на основании медицинского заключения. Ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями и (или) медицинскими работниками, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. По показаниям (при наличии катаральных явлений, явлений интоксикации) ребенку проводится термометрия.

Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в дошкольную образовательную организацию не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в помещениях медицинского блока) до прихода родителей или их госпитализации в лечебно-профилактическую организацию с информированием родителей.

После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней) принимают в дошкольное учреждение только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными.

Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию.

Приём детей проходит как на воздухе, так и в помещении. В хорошую погоду прием детей в теплое время года проводится на свежем воздухе. Заранее продумывается, как организовать деятельность детей, в период от приема до подготовки к завтраку. В это время в основном организуются игровая деятельность (совместная и самостоятельная). В утренние часы организуется (со всей группой и индивидуально) различные наблюдения на участке и в помещении: за трудом взрослых, за природными явлениями и др. Дети приглашаются на утреннюю гимнастику.

Продолжительность утренней гимнастики:

- группа раннего возраста — 5-6 минут; младшая группа — 6-7 минут; средняя группа — 7-8 минут; старшая группа — 8-9, подготовительная группа — 8-10 минут.

После утренней гимнастики осуществляется подготовка к завтраку, санитарно-гигиенические процедуры.

Организация дневного сна детей.

Полноценный сон детей является одним из важнейших факторов их психофизиологического благополучия и профилактики детских неврозов. Спокойное состояние, необходимое малышу перед засыпанием, создается уже в конце прогулки, поддерживается во время обеда и подготовки ко сну. На дневной сон отводится от 2,0 до 2,5 часов в зависимости от возрастной категории детей. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно. Рекомендуется детей с трудным засыпанием и чутким сном укладывать первыми. Для обеспечения благоприятного сна детей педагоги проводят беседы о значении сна, об основных гигиенических нормах и правилах сна. Спокойный сон ребенка обеспечивается благоприятными гигиеническими условиями его организации:

- игровая, занимательная мотивация на отдых (сон), отсутствие посторонних шумов;
- спокойная деятельность перед сном;

- проветренное помещение спальни комнаты;
- минимум одежды на ребенке;
- спокойная, тихая речь педагога, легкая, успокаивающая улыбка, укрывание детей педагогом;
- чтение произведений художественной литературы перед сном, любимых произведений или спокойная музыка по выбору детей;
- постепенный подъем: предоставление возможности детям полежать после пробуждения в постели несколько минут;
- «ленивая» гимнастика после сна.

После дневного сна детей поднимают постепенно. Тех, которые засыпают позже других (ослабленных или перенесших заболевание), поднимают последними, дают им возможность поспать подольше.

Организация прогулки.

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15⁰ С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать. Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. Одевание детей на прогулку организуется так, чтобы не тратить много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Для этого создаются соответствующие условия. С целью сохранения здоровья детей, выход на прогулку организуется по подгруппам, а ее продолжительность регулируется индивидуально в соответствии с состоянием здоровья и погодными условиями.

Прогулка является одним из эффективных средств закаливания организма дошкольников, направлена на оздоровление, реализацию естественной потребности детей в движении. В ходе прогулки организуется наблюдения, подвижные игры, труд на участке, самостоятельная игровая деятельность, детское экспериментирование, также индивидуальная работа по основным направлениям развития детей (познавательному, речевому, физическому, художественно-эстетическому и социально-коммуникативному).

Прогулка может состоять из следующих частей:

- наблюдение,
- подвижные игры,
- труд в природе,
- самостоятельная игровая деятельность детей,
- индивидуальная работа с детьми по развитию физических, интеллектуальных, личностных, нравственных, эстетических качеств.

Ведущее место на прогулке отводится двигательной деятельности, играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если занятия были связаны с долгим сидением детей. Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений. Например, можно обратить внимание на облака, их форму, цвет, сравнить их с известными детям образами, организовать и наблюдения за трудом взрослых, которые работают вблизи детского сада, транспортом. Примерно за полчаса до окончания прогулки организуются спокойные игры. Затем дети совместно с воспитателем собирают игрушки, оборудование.

Организация образовательной деятельности в режимных моментах

Достижение положительных результатов зависит от правильной организации образовательной деятельности. Особое внимание уделяется соблюдению гигиенических условий:

- помещение должно быть проветрено, в нем должна быть проведена влажная уборка;
- оборудование, инструменты и материалы, их размещение должны отвечать педагогическим, гигиеническим и эстетическим требованиям.

Время, определяемое для образовательной деятельности в режимных моментах соответствует установленным санитарным и возрастным нормам.. Большое значение имеет организация групповых и подгрупповых форм работы с детьми, с обязательным игровым привлечением детского внимания, постановкой проблемы перед детьми или творческой задачи, совместное решение о способах ее выполнения.

В ходе реализации задач образовательной деятельности привлекаются к активному участию в работе все дети, учитывая их индивидуальные особенности, формируются у детей навыки организованной деятельности, развивается способность оценивать и контролировать свои действия. Любая образовательная деятельность используется для развития у детей доброжелательного отношения к товарищам, выдержки, целеустремленности.

Особенности организации питания.

В МАДОУ ЦРР – детский сад организовано трехразовое питание, в соответствии с примерным 10 – дневным меню на основе картотеки блюд с учетом сезонного наличия свежих овощей, фруктов, зелени. Ежедневно в рацион питания детей включаются соки и свежие фрукты, проводится витаминизация третьего блюда.

Основные принципы организации питания:

- адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей;
- сбалансированность рациона;
- максимальное разнообразие блюд;
- высокая технологическая и кулинарная обработка;
- учет индивидуальных особенностей.

Ежедневное ведение накопительной ведомости позволяет вести учет расхода продуктов на одного ребенка в течение месяца. Расчет пищевой ценности рациона (содержание белков, жиров и углеводов) и его энергетической ценности (калорийности) проводится один раз в месяц по данным среднемесячного количества продуктов, выданных на каждого ребенка. Контроль за соблюдением натуральных норм продуктов и проведение С-витаминизации готовой пищи осуществляется медицинской сестрой.

Бракераж готовой продукции проводится регулярно с оценкой органолептических и вкусовых качеств блюд.

Контроль за условиями хранения продуктов и сроками их реализации, санитарно-эпидемиологический контроль за работой пищеблока, правильной организацией питания в МАДОУ ЦРР – детский сад осуществляется заведующим и старшей медицинской сестрой с периодическим привлечением членов родительского комитета. Все продукты поступают и принимаются в МАДОУ ЦРР- детский сад только при наличии гигиенического сертификата соответствия.

В МАДОУ ЦРР- детский сад осуществляется работа с сотрудниками по повышению качества, организации питания, с родителями воспитанников в целях организации рационального питания в семье, с детьми, посещающими дошкольное образовательное учреждение по формированию представлений о правильном питании и способах сохранения здоровья. Для обеспечения преемственности питания в семье и детском саду, родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивается ежедневное меню за время пребывания детей в МАДОУ ЦРР- детский сад.

В процессе организации питания решаются задачи гигиены и правил питания:

- мыть руки перед едой;
- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать;
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой;
- после окончания еды полоскать рот;
- соблюдать элементарный этикет и культуры еды;
- учить сервировать стол.

Для того чтобы дети осваивали нормы этикета, стол сервируют всеми необходимыми приборами: тарелкой, чашкой, вилкой, столовой и чайной ложками. На середину стола ставятся бумажные салфетки, хлеб в хлебнице.

В организации питания принимают участие дежурные – воспитанники старших групп. Учитывается и уровень самостоятельности детей. Работа дежурных сочетается с работой каждого ребенка: дети сами могут убирать за собой тарелки, а салфетки собирают дежурные. Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Исходя из этого, предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника дошкольного учреждения.

Особенности организации и проведения непрерывной непосредственно образовательной деятельности

Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем 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. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные

занятия, ритмику и т.п.

Воспитателю предоставляется право варьировать место непосредственной образовательной деятельности в педагогическом процессе, интегрировать содержание различных видов непосредственной образовательной деятельности в зависимости от поставленных целей и задач обучения и воспитания, их место в образовательной деятельности.

Особенности организации физического воспитания.

Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств. Двигательный режим, физические упражнения и закалывающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года. Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах и другие. В объеме двигательной активности воспитанников 5-7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных образовательных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка. Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 минут; - в средней группе - 20 минут, в старшей группе - 25 минут, в подготовительной группе - 30 минут.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию организуются на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Особенности организации закалывания.

Закалывание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры. Для закалывания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и медицинских рекомендаций. При организации закалывания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.