

### 3.5. Режим дня.

ДОО функционирует в условиях пятидневной рабочей недели с двумя выходными: суббота, воскресенье. Время работы с 7.00 до 19.00 в рамках посменной работы воспитателей и индивидуального графика работы специалистов. Образовательная организация работает в 2 основных режимах.

Режим дня в ДОО имеет рациональную продолжительность и предполагает разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение их пребывания в учреждении. Режим детского сада включает всю динамическую деятельность детей, как организованную, так и самостоятельную, и предусматривает рациональное содержание двигательной активности, основанное на оптимальном соотношении разных видов деятельности, подобранных с учётом возрастных и индивидуальных возможностей. Режим дня является основой организации образовательного процесса в ДОО в соответствии со временем пребывания ребенка в группе – 12 часов. Он составляется на холодный и тёплый период времени года:

Основной (зимний) осуществляется образовательная деятельность через совместную деятельность воспитателя с детьми по реализации сквозных механизмов развития ребёнка (п.2.7.ФГОС ДО) и образовательную деятельность согласно возраста детей и образовательных задач программы. Основной (зимний) режим функционирует с 1 сентября по 31 мая во всех группах общеразвивающей и компенсирующей направленности.

Тёплый (летний) период. В летний (тёплый) режим (период) осуществляется развивающая и оздоровительная работа. Основной задачей работы в летний оздоровительный период является снятие психо-эмоционального напряжения, обеспечение детям средствами игры, художественно-театрализованной деятельности, физической культуры положительного комфортного пребывания; оздоровление, закаливание организма детей и укрепление их иммунитета на основе природных факторов: солнца, воздуха и воды.

Режим дня в ДОО соответствует требованиям СанПиН. Определена максимальная продолжительность непрерывного бодрствования. Она составляет 5,5 - 6 часов. Хорошая работоспособность в течение дня обеспечивается разнообразием видов деятельности и их чередованием. В течение суток учитывается, что активность и работоспособность ребенка не одинаковы. Их подъем отмечается от 8 до 12 ч и от 16 до 18 ч, а период минимальной работоспособности приходится на 14—16 ч., поэтому деятельность, вызывающая выраженное утомление детей, планируется в первую половину дня, в часы оптимальной работоспособности.

При организации режима дня учитывается, что работоспособность детей неоднозначна на протяжении недели. В понедельник она невысока. Это можно объяснить адаптацией ребенка к режиму детского сада после двухдневного пребывания в домашних условиях, когда в большинстве случаев привычный режим существенно нарушается, поэтому в начале недели снижаем умственную нагрузку. Наилучшие показатели работоспособности отмечаются во вторник и среду, с учетом этого мы увеличиваем нагрузку, а начиная с четверга, она вновь ухудшается, достигая самых низких характеристик в пятницу и субботу. Следовательно, к концу недели организуем работу с детьми с учетом неуклонно нарастающего утомления. Увеличение двигательного компонента и рациональное (с учетом динамики работоспособности) распределение в течение недели деятельности, особенно утомительной для детей, мы относим к числу мер по предупреждению утомления.

Необходимость чередования бодрствования и сна предусмотрена в режиме дня.

#### **Сон.**

Как бы целесообразно ни строился режим-с дозировкой нагрузок, переключением на разные виды деятельности, с увеличением двигательного компонента, в течение суток

показатели биологической активности ребенка неизбежно снижаются, что диктует необходимость смены деятельного состояния (бодрствования) на сон.

**Режим дня старшей группы компенсирующей направленности  
холодный период**

Утренний прием и осмотр детей, игры детей, индивидуальное общение воспитателя с детьми, дежурства, утренняя гимнастика.	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55
Подготовка к организованной образовательной деятельности	8.55 – 9.00
Организованная образовательная деятельность, совместная и самостоятельная деятельность	9.00 - 10.10
Второй завтрак	10.05-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка,	10.20 - 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед.	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры или подготовка к организованной образовательной деятельности	15.00-15.10
Организованная образовательная деятельность (пн., вт., чт.), совместная деятельность	15.10 – 15.35
Игры, труд, общение и деятельность по интересам, досуги, коллективный труд, творческая мастерская.	15.35-16.00
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.00-16.50
Подготовка к прогулке.	16.50-17.00
Прогулка	17.00-18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30-18.50
Игры, уход детей домой	18.50-19.00

**Режимы дня подготовительной к школе группы компенсирующей направленности  
холодный период**

Утренний прием и осмотр детей, игры детей, индивидуальное общение воспитателя с детьми, дежурства, утренняя гимнастика.	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55
Подготовка к организованной образовательной деятельности	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность, совместная и самостоятельная деятельность	9.00 - 10.20

Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка,	10.30-12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	12.00-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры или подготовка к организованной образовательной деятельности	15.00-15.10
Организованная образовательная деятельность (вт., ср., чт.), самостоятельная деятельность	15.10 – 15.40
Игры, труд, общение и деятельность по интересам, досуги, коллективный труд, творческая мастерская.	15.40-16.00
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.00-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50-18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.30-18.50
Игры, уход детей домой	18.50-19.00

**Режим дня МАДОУ «Детский сад № 172», группы компенсирующей направленности на теплый период**

<b>Виды деятельности</b>	<b>Старшая</b>	<b>Подгот. к школе группа</b>
Прием на воздухе, осмотр, взаимодействие с семьей, индивидуальная работа, игры, ежедневная утренняя гимнастика. Возвращение с прогулки.	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Гигиенические процедуры	9.00 – 9.10	9.00 – 9.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд, воздушные, солнечные процедуры). Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла	8.50 – 12.20	8.50 – 12.25
Второй завтрак	10.20-10.30	10.20-10.30
Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры	12.20-12.40	12.25-12.40
Подготовка к обеду. Обед.	12.40-13.10	12.40-13.10
Подготовка ко сну. Дневной сон	13.10-15.30	13.10-15.30
Подъем. Гимнастика пробуждения.	15.30-15.50	15.30-15.50
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник.	15.50 – 16.20	15.50 – 16.20

Гигиенические процедуры	16.20-16.30	16.20-16.30
Прогулка. Игры. Индивидуальная работа с детьми. Самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой.	16.30 -19.00	16.30 -19.00

Программа не предусматривает жесткого регламентирования образовательного процесса и календарного планирования образовательной деятельности, оставляя педагогам пространство для гибкого планирования их деятельности, исходя из особенностей реализуемой основной образовательной программы, условий образовательной деятельности, потребностей, возможностей и готовности, интересов и инициатив воспитанников и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО.

Планирование деятельности педагогов опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и должно быть направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды. Планирование деятельности ДОО направлено на совершенствование ее деятельности и учитывать результаты как внутренней, так и внешней оценки качества реализации Программы.

Воспитательно-образовательный процесс строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

При организации воспитательно-образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом следует решать поставленные цели и задачи, избегая перегрузки детей, на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму». Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Выделение основной темы периода не означает, что абсолютно вся деятельность детей должна быть посвящена этой теме. Цель введения основной темы периода - интегрировать образовательную деятельность и избежать неоправданного дробления детской деятельности по образовательным областям.

Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет органично вводить региональные и культурные компоненты, учитывать специфику дошкольного учреждения.