

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 «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом заведующего МБДОУ  
«Белочка»  
Мироненко Н.А.  
от «30» августа 2024 г. № 41-АД

**Режим занятий МБДОУ «Белочка»  
на 2024-2025 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 1,6 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 резкие сезонные изменения в течение года, Учреждение работает по режиму дня в летний и зимний период.

Содержание и методы работы с детьми от 1,6 до 7-ми лет специфичны. Основной задачей педагогической работы является обеспечение полноценного и своевременного психического развития. Не менее важно в этом возрасте заложить прочный фундамент здоровья на будущее - 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 увлекательными их делами.

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

В дни каникул и в летний период учебные занятия не проводятся. Организуются спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие, 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 начинаются занятия. Практика показывает, что наиболее эффективной формой организации детей на занятии - является подгрупповая форма. После первого занятия 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. 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 3-х часов. Во время прогулки с детьми проводятся 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 1.6 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов, для детей с 4 до 7 лет однократно не менее 2,5 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, занятия (если они предусмотрены 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 дошкольного возраста в условиях семьи.

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

Режимные моменты	Группы						
	группа раннего возраста	разновозрастная		разновозрастная		разновозрастная	
		2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	5-6 лет	6-7 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	
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.10-8.20		8.10-8.20		8.20-8.30	
Формирование культурно-гигиенических навыков (подготовка к завтраку)	8.15 - 8.25	8.20-8.30		8.25-8.35		8.30-8.40	
Завтрак	8.25-8.50	8.30-8.50		8.35-8.50		8.40-8.50	
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00	8.50-9.00		8.50-9.00		8.50-9.00	
Занятия в игровой форме по	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.25	9.00-9.30

подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	Перерыв 10 минут						
			9.25-9.40	9.30-9.50	9.35-10.00	9.35-10.00	9.40-10.10 10.20-10.55
Второй завтрак	9.50-10.00	9.55-10.05		10.00-10.10		10.05-10.15	
Игры, совместная и самостоятельная деятельности, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.10-10.00	09.40-10.40		9.40-10.45	9.50-10.45	10.00-11.05	10.55-11.05
Прогулка (игры)	10.10-11.00	10.40-11.30		10.45-11.45		11.05-12.00	
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к обеду)	11.15-11.25	11.30-11.40		11.45-11.55		12.00-12.10	
Обед	11.25-11.45	11.40-12.00		11.55-12.15		12.10-12.30	
Формирование навыков самообслуживания (подготовка ко сну, гигиенические процедуры)	11.45-12.00	12.00-12.15		12.15-12.30		12.30-12.40	
Дневной сон	12.00-15.00	12.15-15.00		12.30-15.00		12.40-15.05	
Постепенный подъём, закаливание, гимнастика после сна	15.00-15.15	15.00-15.15		15.00-15.15		15.05-15.15	
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к полднику)	15.15-15.20	15.15-15.20		15.15-15.20		15.15-15.25	
Полдник	15.20-15.35	15.20-15.35		15.20-15.35		15.25-15.40	
Игры, самостоятельная деятельность, экспериментир-ние и труд, проектная деятельность, занятия в игровой форме	15.35-16.00	15.35-16.00		15.35-16.00		15.40-16.00	
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.00-16.25	16.00-16.30		16.00-16.35		16.00-16.40	
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к ужину)	16.25-16.35	16.30-16.40		16.35-16.45		16.40-16.50	
Ужин	16.35-16.50	16.40-16.55		16.45-17.00		16.50-17.00	
Формирование навыков самообслуживания (подготовка к прогулке), <b>прогулка</b> , совместная и самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.50-19.00	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 1.6-2 года	разновозрастная		разновозрастная		разновозрастная	
		2-3 года	3-4 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 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	
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.10-8.20		8.10-8.20		8.20-8.30	
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к завтраку)	8.15-8.25	8.20-8.30		8.25-8.35		8.30-8.40	
Завтрак	8.25-8.40	8.30-8.45		8.35-8.50		8.40-8.55	

Игры, совместная и самостоятельная деятельности, подготовка к прогулке, выход на <b>прогулку</b>	8.40-9.40	8.45-9.45	8.50-9.50	8.55-9.55
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка ко второму завтраку)	9.40-9.50	9.45-9.55	9.50-10.00	9.55-10.05
Второй завтрак	9.50-10.00	9.55-10.05	10.00-10.10	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b> , занятия на прогулке.	10.00-11.15	10.05-11.30	10.10-11.45	10.15-12.00
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к обеду)	11.15-11.25	11.30-11.40	11.45-11.55	12.00-12.10
Обед	11.25-11.45	11.40-12.00	11.55-12.15	12.10-12.30
Формирование навыков самообслуживания (подготовка ко сну, гигиенические процедуры)	11.45-12.00	12.00-12.15	12.15-12.30	12.30-12.40
Дневной сон	12.00-15.00	12.15-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00
Постепенный подъём, закаливание, гимнастика после сна	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к полднику)	15.15-15.20	15.15-15.20	15.15-15.20	15.15-15.25
Полдник	15.20-15.35	15.20-15.35	15.20-15.35	15.25-15.40
Игры, совместная и самостоятельная деятельности, подготовка к прогулке, выход на прогулку. <b>Прогулка</b>	15.35-16.25	15.35-16.30	15.35-16.35	15.40-16.40
Формирование культурно гигиенических навыков (подготовка к ужину)	16.25-16.35	16.30-16.40	16.35-16.45	16.40-16.50
Ужин	16.35-16.50	16.40-16.55	16.45-17.00	16.50-17.05
Формирование навыков самообслуживания (подготовка к прогулке), <b>прогулка</b> , совместная и самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.50-19.00	16.55-19.00	17.00-19.00	17.05-19.00

### **Варианты режима дня**

#### **Для плохой погоды:**

- организация прогулки в помещении (физкультурный - музыкальный зал хорошо проветривается, 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 времени 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.