Режим дня в детском саду

Большинство дошкольных учреждений работает по двенадцать часов (с 7.30 до 19.30). Распорядок дня в садике составлен соответственно: начиная с семи тридцати утра - прием детей, заканчивая их уходом домой в семь часов тридцать минут вечера.

1. **Утро.** В утренние часы воспитатель принимает детей, проводит с ними зарядку и организованную образовательную деятельность (занятия). Также дети утром завтракают, а в свободное время они могут поиграть или пообщаться с другими ребятами.

- Прием детей (с 7.30 до 8.30). День начинается с того, что воспитатель принимает детей у родителей. Здесь важно создать положительный эмоциональный настрой у ребят всей группы. Когда педагог принимает ребенка, он интересуется состоянием его здоровья, а также может ответить на некоторые вопросы родителей. Родителям необходимо расписаться в фильтре приема, где сообщаются данные по термометрии, осмотру носоглотки и другие параметры, в зависимости от наличия или отсутствия карантина.

- Утренняя зарядка. Для того, чтобы дать заряд бодрости детям на весь день, с утра в расписание детского сада включена зарядка, которая предполагает ряд определенных физических упражнений. Ежедневные упражнения помогают укрепить опорно-двигательный аппарат малышей, делают их более выносливыми и здоровыми. Зарядку может проводить как сам воспитатель, так и работник по физической культуре. Обычно утреннюю зарядку выполняют под музыкальное сопровождение в зале для занятий по физкультуре (кроме ясельных и младших групп). Пропускать зарядку не желательно.

- Завтрак. Режим дня в ДОУ строго регламентирует время приема пищи детьми, в частности, завтрака.
-
- Занятия (образовательная деятельность). Занятия воспитатель проводит в игровой форме для того, чтобы дети лучше усвоили материал. По продолжительности занятия варьируются в разных группах с учетом возраста детей. В среднем они длятся от 10 до 25 минут.

В режим дня детского сада включены следующие виды занятий:

- познавательное развитие,
- математическое развитие,
- речевое развитие,

- ознакомление с художественной литературой,
- продуктивная деятельность (лепка, конструирование, аппликация),
- изодеятельность (рисование),
- музыка,
- физическая культура.

2. **День.** Дневное расписание детского сада включает в себя прогулку, обед и дневной сон.

- Непременно в режим детского сада входит дневная прогулка для детей. Она способствует оздоровлению детей, закаливанию, развитию движений и их общему познавательному развитию. Обычно в детском саду прогулки проводят в любую погоду. Поводом для ее отмены являются – сильные порывы ветра, проливной дождь, обильный снегопад и метель, сильный мороз и т.д.(ориентируемся на рекомендации Забайкальского физдиспансера -20 градусов цельсия + ветер 7 метров в секунду –мы уже не гуляем). В разных возрастных группах прогулка длится свое определенное время.

- После прогулки дети обедают. Для того, чтобы восстановить энергию после познавательной и активной деятельности, ребенку предлагают съесть полноценный обед, который состоит из салата, первого, второго и третьего блюд.

- Детям дошкольного возраста просто необходим дневной сон, поэтому его обязательно включают в режим дня в детском саду. Продолжительность сна зависит от возраста детей. Обычно дневной сон длится от полутора до трех часов.

3. **Вечер.** Вечерним считается время после сна и до ухода детей домой. В эти часы у ребят появляется больше времени для самостоятельной игрой деятельности, а педагог может выкроить несколько минут для индивидуальной работы с тем или иным ребенком.

- После того, как дети проснулись, они идут полдничать. Это легкий перекус, который поможет ребенку не испытать чувство голода до ужина.

- Для ребят после полдника в расписание включена дополнительная прогулка.

- Предусмотрена в вечернее время и образовательная деятельность. Занятия проходят в группах младшего и среднего возраста. Это может быть лепка или рисование, музыка или физкультура. В вечернее время детям отводится больше времени для самостоятельной деятельности, сюжетно-ролевых или настольно-печатных игр.

- С пяти до шести часов вечера дети садятся ужинать, а после их начинают забирать домой.

Организация распорядка дня имеет важное значение для детей. Родители должны знать, как спланирован день в детском саду у ребенка, и стараться придерживаться этого режима и дома.