

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 3 «Аленушка»

ПРИНЯТА  
на заседании Педагогического совета  
Протокол №1 от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
д/с №3 «Аленушка»  
\_\_\_\_\_О.А. Аркадова  
Приказ №55  
от 31 августа 2023г.

**Программа  
формирования культуры здорового и безопасного  
образа жизни воспитанников  
на 2023-2026 учебный год.**

## ОГЛАВЛЕНИЕ:

Раздел	Содержание	Стр.
1.ЦЕЛЕВОЙ	1.1.Пояснительная записка	3
	1.1.2.Нормативно-правовая основа Программы	4
	1.1.3.Цели и задачи реализации Программы	4
	1.1.4.Принципы и подходы к формированию Программы	5
	1.2.Планируемые результаты	6
2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ	2.1.Мероприятия по реализации Программы. Направления деятельности, мероприятия, формы работы с детьми и взаимодействия с родителями.	8
3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ	3.1.Здоровьесберегающая инфраструктура учреждения	17
	3.2.Рациональная организация образовательной деятельности, режим дня, модель образовательной деятельности.	19
	3. Работа с родителями.	24
4.ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ	4.1.Приложения	27
	<i>Приложение 1 «Годовой календарный учебный график»</i>	27
	<i>Приложение 2 «Режим дня»</i>	31-36

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни (далее – Программа) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида №3 «Аленушка» села Курсавка Андроповского муниципального района Ставропольского края (далее – Учреждение) представляет собой систему необходимых условий, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников, позволяющую сформировать у воспитанников необходимые знания, умения и навыки по здоровому и безопасному образу жизни.

Здоровье детей является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны (экономический, интеллектуальный, культурный), а также одной из характеристик национальной безопасности. Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед образованием - забота о здоровье, физическом воспитании и развитии детей, формировании у них потребности в здоровом и безопасном образе жизни.

Актуальность проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к разрешению противоречий, проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем в условиях ДООУ.

Состояние здоровья ребёнка при поступлении в детский сад – это своего рода стартовая позиция, которая определяет успешность ребенка не только на первом году посещения детского сада, но и всего периода дошкольного образования. Низкий уровень здоровья поступающих в детский сад детей не только отрицательно влияет на процесс их адаптации к новым условиям, но и становится причиной дальнейшего ухудшения их здоровья.

Здоровьесберегающие условия ориентированы на обеспечение психического, физического и нравственного здоровья воспитанников, требуют соблюдения всех гигиенических норм в подборе мебели и оборудования, соблюдения светового и температурного режима, рациональной организации образовательной деятельности. Безопасный образ жизни предполагает исключение воздействия неблагоприятных факторов на физическое и

психическое состояние дошкольника, а использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе способствует предотвращению утомляемости дошкольников, повышению у них мотивации к игровой, творческой, трудовой, познавательной, исследовательской, двигательной деятельности.

### **1.1.2. Нормативно-правовая основа Программы**

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников МБДОУ детский сад № 3 «Аленушка» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24 июля 1998 года №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ»;
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 N 1028)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 года №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. №26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2010г. №2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

### **1.1.3. Цели и задачи Программы**

### *Цели Программы*

- создание условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья воспитанников;
- формирование у воспитанников необходимых знаний, умений и навыков по здоровому и безопасному образу жизни.

### *Задачи Программы*

- создать благоприятные условия для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей через рациональную организацию режима дня и питания, занятий и отдыха, применение здоровьесберегающих технологий;
- обеспечить психолого-педагогическую поддержку семьи и компетентность родителей (законных представителей) в вопросах формирования у детей основ культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формировать представления детей о позитивных факторах, влияющих на их здоровье и безопасность, ответственное отношение к здоровому и безопасному образу жизни;
- воспитывать у детей полезные привычки и пропагандировать физическую культуру, спорт, туризм в семье.

### **1.1.4. Принципы Программы**

Программа базируется на следующих принципах:

- *Принцип актуальности* отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями; обеспечивает знакомство воспитанников с наиболее важной гигиенической информацией.
- *Принцип доступности*, в соответствии с которым предлагается оптимальный для усвоения объем информации, предполагающий сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Принцип предусматривает использование ситуационных задач с

необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.

- *Принцип положительного ориентирования.* В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивному, с точки зрения здоровья, стилю жизни, его благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа - показ положительных примеров. Это более эффективно, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения.
- *Принцип последовательности* предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе осуществления содержания Программы.
- *Принцип системности* позволяет усвоить знания, имеющие отношение к здоровью, в виде целостной системы.
- *Принцип сознательности и активности* направлен на повышение активности воспитанников в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни.

## 1.2. Планируемые результаты

Планируемые результаты реализации Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни:

- созданы благоприятные условия для сохранения и укрепления физического и психического здоровья, для комфортного и безопасного пребывания детей дошкольного возраста в детском саду через:
  - рациональную организацию режима дня и питания, занятий и отдыха, применение здоровьесберегающих технологий;
  - современную развивающую предметно-пространственную среду (оборудование центров активности в группах, соответствие физкультурного и игрового оборудования требованиям СанПиН, гарантия безопасности жизни детей на протяжении всего периода пребывания в детском саду)
  - повышение профессиональной компетентности педагогов, предполагающую знание и применение здоровьесберегающих технологий; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы;

- снижен уровень заболеваемости детей;
- увеличено количество дней, проведенных ребенком в детском саду;
- у детей сформированы культурно-гигиенические навыки, знания о правильном питании, мотивация к занятиям физической культурой и участию в спортивных мероприятиях;
- дети имеют представление о позитивных факторах, влияющих на их здоровье и безопасность;
- созданы условия для психолого-педагогической поддержки семьи и компетентности родителей (законных представителей) в вопросах формирования у детей основ культуры здорового и безопасного образа жизни.

## 2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1.Мероприятия по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни

№ п/п	Направления деятельности, мероприятия	Периодичность	Ответственные
<b>Медико-профилактическая деятельность</b>			
1.	<p style="text-align: center;"><i>Мониторинг здоровья детей</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общая заболеваемость</li> <li>- заболеваемость детей в днях на одного ребёнка</li> <li>- количество часто болеющих детей в % соотношении</li> <li>- количество детей с хроническими заболеваниями в % соотношении</li> <li>- результаты диспансерного осмотра детей врачами (в 3 года, в 6 лет, в 7 лет)</li> <li>- соотношение групп физического развития по состоянию здоровья детей (основная, подготовительная)</li> <li>- количество детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях в % соотношении</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 раз в квартал</li> <li>1 раз в квартал</li> <li>1 раз в год</li> <li>1 раз в год</li> <li>1 раз в год</li> <li>1 раз в год</li> <li>2 раза в год</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>медсестра</li> <li>медсестра</li> <li>медсестра</li> <li>врач-педиатр</li> <li>врачи-специалисты поликлиники</li> <li>врачи-специалисты поликлиники</li> <li>медсестра</li> </ul>

2.	<p style="text-align: center;"><i>Мониторинг развития детей</i></p> <p>Показатели физического развития:  - уровень физического развития (антропометрические данные);  - уровень физической подготовленности</p> <p>Педагогическая диагностика:  - анализ показателей освоения детьми содержания образовательных областей «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие»</p>	<p>2 раза в год</p> <p>1-2 раза в год</p> <p>1-2 раза в год</p>	<p>медсестра</p> <p>инструктор по физической культуре</p> <p>воспитатели</p>
3.	<p style="text-align: center;"><i>Профилактика и оздоровление детей</i></p> <p>- витаминизация третьих блюд</p> <p>- фитонцидопрофилактика</p> <p>- профилактические прививки</p> <p>-щадящий режим после перенесённых заболеваний</p> <p>- профилактика заболеваний ЖКТ (соблюдение санитарно-эпидемиологического режима)</p>	<p>1 раз в день</p> <p>осень, зима, весна</p> <p>1 раз в год по согласованию с родителями (законными представителями) по мере необходимости</p> <p>систематически, по назначению врача-педиатра</p>	<p>медсестра</p> <p>воспитатели</p> <p>педиатр</p> <p>воспитатели</p> <p>помощники воспитателей, контроль медсестры</p>
4.	<p style="text-align: center;"><i>Организация питания</i></p> <p>-соблюдение 10-дневного сбалансированного меню</p> <p>- соблюдение технологии при кулинарной обработке</p>	<p>постоянно</p> <p>постоянно</p>	<p>повар, контроль медсестры</p> <p>повар, контроль</p>

	<p>продуктов и приготовления блюд</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания</li> <li>- обеспечение качества продуктов питания и приготовления блюд</li> <li>- соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов</li> <li>-использование сертифицированной питьевой воды</li> <li>- организация питьевого режима</li> </ul>	<p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p>	<p>медсестры повар, контроль медсестры кладовщик, повар</p> <p>кладовщик, контроль медсестры</p> <p>кладовщик, повар, контроль медсестры</p> <p>помощники воспитателей, контроль медсестры</p>
5.	<p><i>Организация гигиенического режима</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-режим проветривания помещений</li> <li>-режим кварцевания</li> <li>-обеспечение температурного режима</li> <li>-обеспечение санитарного состояния помещений группы и детского сада</li> <li>-смена и маркировка постельного белья, полотенца</li> <li>-проведение противоэпидемиологических мероприятий</li> </ul>	<p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>по графику</p> <p>в период карантина</p>	<p>помощники воспитателей, контроль медсестры</p> <p>воспитатели помощники воспитателей, уборщики служебных помещений, контроль зам.зав.по АХЧ, медсестры помощники воспитателей помощники</p>

	-обработка игрушек в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями	ежедневно	воспитателя, контроль медсестры воспитатели
6.	<p><i>Организация здоровьесберегающей среды</i></p> <p>-качественное проведение утреннего приёма и осмотра детей</p> <p>-своевременная изоляция больного ребёнка</p> <p>-создание современной развивающей предметно-пространственной среды (оборудование центров активности в группах, соответствие физкультурного и игрового оборудования требованиям СанПиН)</p> <p>-соблюдение санитарно-гигиенических требований к организации образовательного процесса</p> <p>-организация и проведение прогулок</p> <p>- организация жизни детей в адаптационный период, создание условий для комфортного пребывания</p> <p>-подбор мебели с учётом антропометрических данных</p> <p>-выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей</p> <p>-наличие аптечек для оказания первой медицинской помощи и их своевременное пополнение</p>	<p>ежедневно</p> <p>по мере необходимости</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>ежедневно</p> <p>период адаптации</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p>	<p>воспитатели, медсестра</p> <p>воспитатели, медсестра</p> <p>воспитатели, инструктор по физической культуре, старшие воспитатели</p> <p>воспитатели, старшие воспитатели</p> <p>воспитатели</p> <p>воспитатели, педагог-психолог</p> <p>воспитатели, медсестра</p> <p>воспитатели</p> <p>воспитатели, медсестра</p>

Физкультурно-оздоровительная деятельность			
1.	<i>Организация двигательного режима</i>		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>-утренняя гимнастика</li> <li>- ООД в помещении</li>   <li>- ООД на улице</li>   <li>-физминутки</li>   <li>- гимнастика после дневного сна</li> <li>- музыкально-ритмическая ООД</li> <li>-подвижные игры, ОРУ на прогулке, самостоятельная двигательная активность детей</li> <li>- игры малой подвижности в помещении группы с использованием атрибутов центров активности</li> <li>- спортивные развлечения</li> <li>-спортивные праздники, соревнования, эстафеты, дни здоровья</li> <li>- экскурсии, целевые прогулки</li>   <li>- гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика</li> <li>-индивидуальная работа по развитию движений</li> </ul>	<p>ежедневно 2р.в неделю</p> <p>1р.в неделю</p> <p>во время ООД</p> <p>ежедневно 2р.в неделю ежедневно</p> <p>ежедневно</p> <p>1р.в месяц по плану</p> <p>в соответствии с циклограммой ежедневно</p>	<p>5-10 мин по расписанию</p> <p>по расписанию</p> <p>3-4 мин</p> <p>3-5 мин по расписанию не менее 3 часов</p> <p>30-40 мин</p> <p>по расписанию по расписанию</p> <p>по расписанию</p> <p>10-12 мин</p>	<p>воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель</p>
2.	<i>Оздоровительная работа</i>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- приём детей на улице</li>   <li>-проветривание помещений</li>   <li>-воздушно-водное закаливание</li> </ul>	<p>в зависимости от погоды</p> <p>ежедневно, по графику</p> <p>ежедневно, после сна</p>		

	<p>-сон без маск          -босохождение по корригирующим дорожкам          -гигиенические и водные процедуры (умывание, мытьё рук)          -прогулки на свежем воздухе</p> <p>-дыхательная гимнастика</p>	<p>ежедневно          ежедневно          после сна</p> <p>по режиму дня,          в соответствии          с          гигиеническими          требованиями          ежедневно не          менее 3-4 часов</p> <p>ежедневно</p>	<p>воспитатели</p>	
<p>Здоровьесберегающая образовательная деятельность с детьми</p>				
	<p>Направления деятельности</p>	<p>Формы работы</p>	<p>Периодичность</p>	<p>Ответственные</p>

	<p>-воспитание культурно-гигиенических навыков</p> <p>-формирования навыков культуры питания</p> <p>-формирование начальных представлений о здоровом и безопасном образе жизни</p> <p>-накопление и обогащение двигательного опыта детей</p> <p>-формирование у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</p> <p>-формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира ситуациях и способах поведения в них</p> <p>-передача детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства</p>	<p>-беседа;</p> <p>-ситуативный разговор;</p> <p>-сюжетные игры;</p> <p>-наблюдение;</p> <p>-экскурсии;</p> <p>-решение проблемных ситуаций;</p> <p>-экспериментирование;</p> <p>-реализация проекта;</p> <p>-игры с правилами;</p> <p>-моделирование;</p> <p>-чтение;</p> <p>-обсуждение;</p> <p>-коллективный труд;</p> <p>-дежурство;</p> <p>-поручение;</p> <p>подвижные дидактические игры;</p> <p>-подвижные игры с правилами;</p> <p>-игровые упражнения;</p> <p>-соревнования</p>	<p>в соответствии с циклограммой</p>	<p>воспитатели</p> <p>14</p>
--	---	---	--------------------------------------	------------------------------

Взаимодействие с семьёй				
	Направления деятельности	Формы работы	Периодичность	Ответственные
	<p>-изучение запросов семьи, уровня компетентности родителей, семейных ценностей;</p> <p>-информирование, консультирование родителей;</p> <p>- просвещение и обучение родителей;</p>	<p>-беседы;</p> <p>-анкетирование;</p> <p>-рекламные буклеты;</p> <p>-информационные стенды;</p> <p>-личные беседы;</p> <p>-родительские собрания;</p> <p>-родительские клубы;</p> <p>-сайт учреждения;</p> <p>-памятки;</p> <p>-семинары-практикумы;</p> <p>-деловые игры;</p> <p>-тренинги;</p> <p>-викторины;</p> <p>-дискуссии;</p> <p>-круглые столы;</p> <p>-беседы-диалоги;</p> <p>-сайт учреждения;</p>	по плану	воспитатели

	- совместная деятельность детского сада и семьи	-вечера вопросов и ответов; -дни здоровья; -совместные праздники; -дни открытых дверей		
Работа с персоналом				
	<p>1. <i>Обучение персонала</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-инструктаж по охране жизни и здоровья детей</li> <li>-инструктаж по пожарной безопасности</li> <li>-санитарно-просветительская работа с персоналом</li> </ul> <p>2. <i>Организация контроля за:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнением санитарно-гигиенических требований к организации образовательного процесса и режима дня</li> <li>-соблюдением санитарно-гигиенических требований к оснащению помещений, оборудованию и участкам</li> <li>-проведением оздоровительных процедур</li> <li>-соблюдение противоэпидемиологического режима в группах и на пищеблоке</li> <li>-соблюдением графика генеральной уборки помещений</li> <li>-воздушным и питьевым режимом по учреждению</li> <li>-ведением журнала здоровья детей в группе</li> </ul>	<p>по плану</p> <p>по плану</p> <p>по плану</p> <p>по плану</p>	<p>специалист по ОТ, зам.зав.по АХЧ, медсестра</p>	
Внешние связи				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отдел образования</li> <li>- Госпожнадзор</li> <li>- Роспотребнадзор</li> </ul>	<p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p>	<p>заведующий</p> <p>заведующий</p> <p>заведующий, медсестра</p>	

-ГБУЗ «Андроповская центральная районная больница», детская поликлиника	постоянно	заведующий, медсестра
---	-----------	-----------------------

### 3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1.Здоровьесберегающая инфраструктура учреждения

№ п/п	объект	инфраструктура
1	Здание детского сада	Здание детского сада: типовое, кирпичное, двухэтажное, с центральным водоснабжением, канализацией, автономной системой отопления. Оснащено пожарной сигнализацией, сигнализацией экстренного вызова вневедомственной охраны, световым освещением запасных выходов и эвакуационным освещением, оборудовано внешним видеонаблюдением (5 камер)
2	Территория детского сада	Изолированные игровые участки каждой возрастной группы, спортивные площадки. Имеется площадка с разметкой для обучения детей правилам дорожного движения.
3	Групповые помещения	6 групповых изолированных помещений, имеющих игровые, спальные, раздевальные, туалетные. Развивающая предметно-пространственная среда в группах создана с учётом требований Сан ПиН, требований ФГОС ДО, с учётом гендерной принадлежности детей.
4	Музыкальный зал	1 музыкальный зал: 2 механических пианино, музыкальный центр, акустическая система, 1 телевизор, зеркала, диваны, мягкие пуфики, детские музыкальные инструменты, стеллажи для игрушек, дидактических, методических пособий, детские

		столы и стулья.
5	Кабинет педагога-психолога	укомплектован оборудованием для организации и проведения образовательной деятельности, методическими пособиями.
7	Методический кабинет	укомплектован учебным оборудованием, учебно-методическими пособиями, средствами ИКТ, необходимыми для реализации образовательной программы дошкольного образования, в т.ч. для формирования культуры здорового и безопасного образа жизни у детей дошкольного возраста.
8	Медицинский кабинет	оборудован специальной медицинской мебелью, холодильниками для хранения медикаментов, контейнерами для отходов разных категорий, бактерицидной лампой. В медицинском кабинете работает 1 медсестра.
9	Пищеблок	оборудован электрическими плитами, разделочными столами из нержавеющей стали, ваннами, раковинами, водонагревателем, электромясорубкой, холодильниками для полуфабрикатов, холодильниками для суточных проб, вытяжкой. Электрооборудование. Питание четырехразовое сбалансированное в соответствии с 10-дневным меню, разработанное на основе СанПиН. Все продукты имеют сертификаты качества, хранятся с соблюдением норм хранения.
9	Прачечная	оборудована автоматическими стиральными машинами, водонагревателем, электрическими утюгами и гладильными досками, шкафами для хранения белья

### **3.2.Рациональная организация образовательной деятельности, режим дня, модель образовательной деятельности.**

Рациональная организация совместной и самостоятельной деятельности детей направлена на повышение эффективности образовательного процесса, снижение чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, чередования труда и отдыха и включает в себя:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной образовательной деятельности воспитанников каждого возрастного периода
- использование форм, методов и приёмов образовательной деятельности, адекватных возрастным возможностям и особенностям детей дошкольного возраста;
- введение любых инноваций в педагогический процесс только под контролем специалистов;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;
- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности);
- ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья под контролем медицинских работников.

МБДОУ детский сад комбинированного вида №3 «Аленушка» функционирует в режиме полного дня (10-часового пребывания) по графику пятидневной рабочей недели с двумя выходными днями (суббота и воскресенье) с 7.30 до 17.30 часов.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей на основании санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций СанПиН 2.4.1. 3049 -13.

Режим дня составлен с учётом работы учреждения и климата тёплого и холодного периода и способствует гармоничному развитию воспитанников. В режиме дня предусмотрена организованная образовательная деятельность, образовательная деятельность в ходе режимных моментов и самостоятельная деятельность детей.

*Организация прогулки.* Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 3 - 4 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15° С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

В зависимости от сезонных и погодных условий, объекта наблюдений, настроения детей структурные компоненты прогулки №1 могут осуществляться в разной последовательности:

- наблюдения;
- дидактические игры;
- трудовые действия детей;
- подвижные игры и игровые упражнения;
- индивидуальная работа с детьми;
- игровые действия с малыми архитектурными формами;
- самостоятельная игровая деятельность.

Вторая прогулка состоит из следующих структурных компонентов:

- подвижные игры и игровые упражнения;
- индивидуальная работа с детьми;
- игровые действия с малыми архитектурными формами;
- самостоятельная игровая деятельность.

*Организация сна.* Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов, дневной сон детей от 3-7 лет - не менее 2 часов.

*Самостоятельная деятельность* детей от 3 лет до школы занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.

*Организация организованной образовательной деятельности.* В дошкольном образовательном учреждении установлен максимальный объем нагрузки детей во время организованной образовательной деятельности.

Продолжительность непрерывной организованной образовательной деятельности составляет:

- для детей от 1,5 лет до 3 лет - не более 10 минут;
- для детей от 3 лет до 4 лет - не более 15 минут;
- для детей от 4 лет до 5 лет - не более 20 минут;
- для детей от 5 лет до 6 лет - не более 25 минут;
- для детей от 6 лет до школы - 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.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет 25-30 минут.

В середине года (декабрь - январь) для воспитанников организуются каникулы, в марте - творческие каникулы. В дни каникул и в летний период организованная образовательная деятельность не проводится, а организуются подвижные и спортивные игры, праздники, досуги, развлечения, экскурсии.

С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию проводятся по подгруппам 2-3 раза в неделю.

Образовательная деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуется 3 раза в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

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

### Планирование образовательной деятельности с 2 лет - до школы

<b>Организованная образовательная деятельность</b>						
Базовый вид деятельности	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старше-подготовительная группа	1 логопедическая группа (старшая)	2 логопедическая группа (подготовительная)

Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на прогулке	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Познавательное развитие	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	4 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю
Развитие речи	2 раза в	1 раз в	1 раз в	2 раза в	-	-
Рисование	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в
Лепка	1 раз в неделю	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2
Аппликация	—	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2
Музыка	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в
Речевое развитие. Логопедическое	—	—	—	—	4 раза в неделю	4 раза в неделю
ИТОГО	10 занятий в неделю	10 занятий в неделю	10 занятий в неделю	14 занятий в неделю	14 занятий в неделю	14 занятий в неделю

<b>Образовательная деятельность в ходе режимных моментов</b>	
Утренняя гимнастика	ежедневно
Гимнастика после дневного сна	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	ежедневно
Чтение художественной литературы	ежедневно
Дежурства	ежедневно
Прогулки	ежедневно
<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	
Игра	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах активности	ежедневно

### 3.3 Работа с родителями.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями (законными представителями). Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всем миром», семья, детский сад, общественность. Для коллектива детского сада мы определили следующие задачи работы с родителями:

- Повышение педагогической культуры родителей (законных представителей).
- Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- Установка на совместную работу с целью решения психолого – педагогических проблем развития ребёнка.
- Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.
- Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

#### Формы работы с родителями:

№ п\п	Формы работы
1.	Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
2.	Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3.	Дни открытых дверей.
4.	Совместные занятия для детей и родителей.
5.	Круглые столы с привлечением специалистов детского сада
6.	Консультации, размещенные на сайте детского сада, папки – передвижки.
7.	Организация совместных дел. Анкетирование.

#### Методы, используемые педагогами в работе:

№ п\п	Тема	Форма работы
1.	Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.	Анкетирование Консультация
2	Профилактика ОРЗ в домашних условиях	Педагогические беседы

		с родителями.
3.	Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.	Педагогические беседы
4.	О питании дошкольников	День открытых дверей. Круглый стол.
5.	Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.	Спортивный праздник «Мама папа я – спортивная семья»
6.	Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.	Педагогические беседы с родителями.
7.	Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.	Консультация
8.	Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка	Консультация
9.	Профилактика ОРЗ в домашних условиях.	Семинар – практикум со специалистом (врачом-педиатром)

#### Перспектива:

- Продолжить проведение совместных мероприятий: «Дней Здоровья», праздников, субботников.
- Для обогащения родителей знаниями о малыше разработать серию семинаров – практикумов «Давайте узнавать малыша вместе» с привлечением специалистов.
- Организовывать новую форму работы с родителями – дни семейных увлечений «Что умею сам – научу детей» (в вечернее время).
- Посещение родителями занятий валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.

- Вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы, выполнение с детьми заданий в домашних тетрадях.

Приложение 1

## Годовой календарный учебный график на 2023 – 2024 учебный год

<b>1. Режим работы учреждения</b>		
Продолжительность учебной недели	5 дней (с понедельника по пятницу)	
Время работы возрастных групп	10 часов	
Нерабочие дни	Суббота, воскресенье и праздничные дни	
<b>2. Продолжительность учебного года</b>		
<b>Учебный год</b>	с 01.09.2023г. по 31.05.2024г.	36 недель
<b>I полугодие</b>	с 01.09.2023г. по 31.12.2023г.	17 недель
<b>II полугодие</b>	с 09.01.2024г. по 31.05.2024г.	19 неделя
<b>Летний оздоровительный период</b>	с 01.06.2024 г. по 31.08.2024 г.	13 недель
<b>3. Мероприятия, проводимые в рамках образовательного процесса</b>		
<b>3.1. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения основной общеобразовательной программы дошкольного образования:</b>		
Наименование	Сроки	Количество дней
Обследование групп компенсирующей	04.09.2023г.-15.09.2023г.	10 дней

направленности		
Обследование групп компенсирующей направленности	13.05.2024г.-24.05.2024г.	10 дней
Мониторинг первичный (общеразвивающие группы)	02.10.2023г. по 13.10.2022г.	10 дней
Итоговый мониторинг (общеразвивающие группы)	13.05.2024г. по 24.05.2024г.	10 дней
<b>3.2. Праздники для воспитанников</b>		
<b>Наименование</b>	<b>Сроки/ даты</b>	
«День знаний»	01.09.2023 г.	
«Осень золотая» (по возрастным группам)	24.10.2023 г.-26.10.2023г.	
«День матери»	23-24.11.2023г.	
«Новогодние праздники»	27.12.2023 г.- 29.12.2023 г.	
«День Защитника Отечества»	21.02.2024г.	
«Масленица»	11.03.2024г.	
«День 8 Марта»	05.03.- 06.03.2024 г.	
«День здоровья»	05.04.2024г.	
«День Космонавтики»	12.04.2024г.	
«Праздник «День Победы»	07.05.2024г.	
«Прощание с детским садом»	30.05.2024г.	
День Защиты детей	03.06.2024г.	
День России	11.06.2024 г.	
День государственного флага России	22.08.2024 г.	
<b>4. Каникулярное время, праздничные (нерабочие) дни</b>		
<b>4.1. Каникулы</b>		

	<b>Сроки/ даты</b>	Количество каникулярных недель/ праздничных дней
<b>Зимние каникулы</b>	01.01.2023г. - 08.01.2024г.	8 дней
<b>Летние каникулы</b>	01.06.2024г. – 31.08.2024г.	13 недель
<b>4.2. Праздничные дни</b>		
День народного единства	04 - 06.11.2023г.	3 день
Новогодние праздники	01.01.2024г. – 08.01.2024г.	8 дней
Рождество Христово	07.01.2024г.	1 день
День защитников Отечества	23.02.2024г.	1 день
Международный женский день	08.03.2024г.	1 день
Праздник Весны и Труда	29.04.- 01.05.2024 г.	3 дня
День Победы	09.05.- 10.05.2024г.	2 дня
День России	12.06.2024г.	1 день
<b>5. Мероприятия, проводимые в летний оздоровительный период</b>		
<p>Воспитательно-образовательная работа в летний оздоровительный период планируется в соответствии с Планом летней оздоровительной работы, тематическим планированием, а также с учетом климатических условий региона. В летний оздоровительный период с детьми организуются подвижные игры, соревнования, экскурсии, праздники, тематические развлечения, музыкальные и физкультурные занятия и развлечения, оздоровительные мероприятия с максимальным пребыванием детей на свежем воздухе</p>		

<b>Наименование</b>	<b>Сроки/ даты</b>
Проведение праздников, досугов, развлечений	01.06.2024г. 1 раз в неделю с июня по август
Экскурсии, целевые прогулки	по плану педагогов и по плану работы в летний период
Выставки творческих работ воспитанников	1 раз в две недели

### **Пояснительная записка к режиму дня.**

1.Продолжительность непосредственной образовательной деятельности за неделю:

- Вторая группа раннего возраста – 1 час 40 минут;
- Младшая группа- 2 часа 30 минут;
- Средняя группа – 3 часа 20 минут;
- Старшая группа – 5 часов 25 минут;
- Подготовительная к школе группа – 7 часов 30 минут.

2.Продолжительность непосредственной образовательной деятельности в день:

- Вторая группа раннего возраста – 20 минут;
- Младшая группа- 30 минут;
- Средняя группа – 40 минут;
- Старшая группа – 70 минут;
- Подготовительная к школе группа – 90 минут.

3.Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в день:

- Вторая группа раннего возраста – 20 минут (2 занятия по 10 минут);
- Младшая группа- 30 минут (2 занятия по 15 минут);
- Средняя группа – 40 минут (2 занятия по 20 минут);

- Старшая группа – 75 минут (3 занятия по 25 минут);
- Подготовительная к школе группа – 90 минут (3 занятия по 30 минут).

4. Продолжительность перерывов между периодами непосредственно образовательной деятельности во всех возрастных группах составляет 10 минут. В середине времени, отведенного на организованную образовательную деятельность, проводится физкультминутка.

5. Продолжительность непосредственно образовательной физкультурной деятельности в неделю:

- Вторая группа раннего возраста – 30 минут (3 занятия по 10 минут, 1 занятие на открытом воздухе);
- Младшая группа - 45 минут (3 занятия по 15 минут, 1 занятие на открытом воздухе);
- Средняя группа – 60 минут (3 занятия по 20 минут, 1 занятие на открытом воздухе);
- Старшая группа – 75 минут (3 занятия по 25 минут, 1 занятие на открытом воздухе);
- Подготовительная к школе группа – 90 минут (3 занятия по 30 минут, 1 занятие на открытом воздухе).

Согласно статье 112 Трудового кодекса Российской Федерации нерабочими праздничными днями в Российской Федерации являются:

- 1 января – Новый год
- 7 января - Рождество Христово;
- 23 февраля - День защитника Отечества;
- 8 марта - Международный женский день;
- 1 мая - Праздник Весны и Труда;
- 9 мая - День Победы;
- 12 июня - День России;
- 4 ноября - День народного единства.

Организованная образовательная деятельность осуществляется в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, комплексно-тематическим планированием, образовательной программой дошкольного образования.

В процессе образовательной деятельности 2 раза в год проводится педагогическая диагностика с целью оценки индивидуального развития детей, что обеспечивает возможность оценки эффективности педагогических действий, индивидуализации образования и оптимизации работы с группой детей.

В дни каникул и в летний оздоровительный период непосредственно образовательная деятельность не проводится, а организуются подвижные и спортивные игры, праздники, развлечения, экскурсии, реализуются творческие проекты, а также увеличивается продолжительность прогулок.

## Режим дня

## Режим дня второй группы раннего возраста

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд)	10.00-11.40
Возвращение с прогулки, игры	11.40-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры.	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Чтение художественной литературы	15.50-16.10
Подготовка к прогулке,	16.10-17.30

Прогулка (игры, уход детей домой)	
-----------------------------------	--

### Режим дня младшей группы

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд)	10.00-11.40
Возвращение с прогулки, игры	11.40-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры.	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Чтение художественной литературы	15.50-16.10
Подготовка к прогулке, Прогулка (игры, уход детей домой)	16.10-17.30

### Режим дня средней группы

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры	8.50-9.10
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд)	11.00-11.45
Возвращение с прогулки, игры	11.45-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры.	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45
Чтение художественной литературы	15.45-16.00
НОД, Подготовка к прогулке, прогулка(игры, уход детей домой)	16.00-17.30

### Режим дня старше-подготовительной группы

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд)	10.50-12.15
Возвращение с прогулки, игры	12.15-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры.	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Чтение художественной литературы	15.40-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, уход детей домой)	16.00-17.30

**Режим группы компенсирующей направленности  
(старшая группа)**

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд)	10.50-12.15
Возвращение с прогулки, игры	12.15-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Чтение художественной литературы	15.40-16.10
Подготовка к прогулке,	16.10-17.30

прогулка (игры, уход детей домой)	
-----------------------------------	--

**Режим дня группы компенсирующей направленности  
(подготовительная группа)**

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, Прогулка (игры, наблюдение, труд)	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, игры	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Чтение художественной литературы	15.40-16.10
Подготовка к прогулке,	16.10-17.30

Прогулка (игры, уход детей домой)	
-----------------------------------	--