РАССМОТРЕН
на педагогическом совете №1
Протокол №1
от 31 августа 2023 года

УТВЕРЖДЕН:
Заведующий МБДОУ д/с №38
_____В.С. Семаева

Семаева Вера Сергеевна

Подписано цифровой подписью: Семаева Вера Сергеевна
DN: cn=Семаева Вера Сергеевна, o=МБДОУ д/с № 38, ou, email=mbdou-ds38tim@yandex.ru, c=RU
Дата: 2024.02.29 10:35:16 +03'00'

Приказ от 31.08.2023 г. № 85

РЕЖИМ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения детский сад №38
муниципального образования
Тимашевский район
на 2023-2024 учебный год.

Ст. Роговская

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА.

1.Полное наименование Учреждения – муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 38.

Сокращенное наименование Учреждения – МБДОУ д/с № 38.

2. Юридический адрес ДОУ: 352725, Россия, Краснодарский край, Тимашевский район, станица Роговская, 26.

Контактный телефон/факс: (861-30) 66-2-66

Электронный адрес сайта д/с: детский-сад-38.рф

Электронная почта: schentsowa.m@yandex.ru

3. Реквизиты МБДОУ д/с № 38

Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 05421 от 26 марта 2013 года, серия 23Л01 № 0002241)

Лицензия на осуществление медицинской деятельности – № ЛО-23-01-005382 от 28 декабря 2012г.

ИНН 2353014509

ОГРН 1022304840227

Проектная мощность: 55 детей, фактически работает 2 смешанные дошкольные группы, наполняемость - 58 воспитанников.

№ п/п	Возрастная группа	Возраст детей	Фактическая численность детей
1.	Младшая смешанная дошкольная группа	(от 1 до 4 года)	
	1 младшая	1-3 года	13 чел.
	2 младшая	3-4 года	12 чел.
	Средняя	4-5 лет	1 чел.
2.	Старшая смешанная дошкольная группа	(от 5 до 7 лет)	
	Средняя	4-5 лет	5 чел.
	Старшая	5-6 лет	12 чел.
	Подготовительная	6-7 лет	15 чел.

Режим функционирования

Детский сад работает по 10,5-часовому режиму при пятидневной рабочей неделе с 7.00 ч. до 17.30 ч. ежедневно, кроме выходных (суббота, воскресенье) и нерабочих праздничных дней.

Длительность пребывания детей с 7.00 до17.30 часов.

Данный режим организации воспитательно-образовательного процесса разработан в соответствии с требованиями:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Типовым положением о ДОУ от 01.05.2012г. № 2562;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4.3648-20);
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 г. № 32 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (СанПин 2.3/2.4.3590-20).
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022№1028"Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования" (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847).
7. Уставом муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 38 муниципального образования Тимашевский район;
8. Конвенцией ООН о правах ребенка, 1989г.;
9. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

Образовательный процесс неизбежно сопровождается интеллектуальной, психологической и физиологической нагрузкой. С позиции гигиены детства предлагаемая в учреждении учебно - воспитательная нагрузка и формы её организации соответствуют его возрастным и психофизиологическим возможностям.

Основным средством реализации воспитания и обучения в детском саду является планирование образовательной деятельности при работе с детьми по при пятидневной неделе, которое позволяет распределить программный материал на весь учебный год и обеспечить целостность педагогического процесса в условиях вариативности. Планирование образовательной деятельности учитывает особенности контингента детей и составляется на основе Федеральной образовательной программы дошкольного образования (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. № 1028). При составлении планирования образовательной деятельности соблюдалась сбалансированность между организованной образовательной деятельностью. Уровень недельной образовательной нагрузки на воспитанника не превышает максимально допустимых объемов согласно СанПиНа.

При распределении образовательной нагрузки педагоги ДОУ используют необходимые здоровьесберегающие компоненты: организованную образовательную деятельность, требующую умственного напряжения, чередуют с физкультурными и музыкальными занятиями.

Организация режима дня строится в зависимости от возрастных особенностей детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 – 6 часов.

Продолжительность дневного сна для детей дошкольного возраста составляет 2,0 – 2,5 часа. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон однократный, продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не проводятся подвижные эмоциональные игры.

Детей с трудным и чутким сном укладывают первыми. Во время сна детей в спальне присутствует воспитатель или помощник воспитателя.

Ежедневная продолжительность прогулки составляет не менее 3-4 часа. Прогулку организуют 2 раза в день. При температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже 15 градусов и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 – 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 градусов и скорости ветра более 15 м/с.

Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возращением детей в помещение.

При реализации Федеральной образовательной программы дошкольного образования для детей первой младшей группы (от 2 до 3 лет) планируется не более 10 форм образовательной деятельности в неделю по 10 минут; вторая младшая группа (от 3 до 4 лет) до 10 форм образовательной деятельности по 15 минут, в средней группе(от 4 до 5 лет) до10 форм образовательной деятельности по 20 минут, в старшей группе(от 5 до 6 лет)до 13 форм образовательной деятельности по 25 минут, в подготовительной группе(от 6 до 7 лет) до 14 форм образовательной деятельности по 30 минут.

Организован гибкий режим пребывания ребёнка в ДОУ (с учётом потребностей родителей, для детей в процессе адаптации). Родители имеют возможность присутствовать во время образовательной деятельности, помогать в организации и проведении мероприятий в рамках образовательной программы.

В середине учебного года (январь) и во время летнего периода для воспитанников организуются каникулы, с составлением плана проведения спортивных, музыкальных и развлекательных мероприятий.

Зона игровой территории включает в себя:

-групповые площадки;

-физкультурную площадку.

Покрытие групповых площадок и физкультурной зоны- травяное.

Для защиты детей от солнца и осадков на территории каждой групповой площадки установлены теневые навесы.

Теневые навесы оборудованы деревянными полами на расстоянии не менее 15 см. от земли, безвредными для здоровья детей.

Питание в ДОУ осуществляется согласно графика приёма пищи.

С целью организации сбалансированного питания детей в учреждении строго соблюдаются и выполняются:

-технология приготовления блюд в соответствии с 10- дневным меню;

- выполнение норм и калорийности;

- организация питания в возрастной группе строго по режиму и нормативности.

В ДОУ разработан план мероприятий по улучшению статуса организации питания:

-обеспечение санитарно-эпидемиологической безопасности питания детей;

- обеспечение родителей исчерпывающей информацией об организации питания в детском саду;

- обучение детей основам здорового питания;

-формирование культурно-гигиенических навыков.

Питание удовлетворяет физиологическим потребностям детей в основных пищевых веществах и энергии.

В промежутке между завтраком и обедом организуется дополнительный приём пищи – второй завтрак, включающий напиток или сок или свежие фрукты.

Ежедневно в меню включены: молоко, кисломолочные продукты, сметана, мясо, картофель овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыбу, сыр, яйцо и другие) 2-3 раза в неделю.

В течение двух недель ребенок получает все продукты в полном объеме.

При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания проводится замена на равноценные по составу продукты.

При отсутствии свежих овощей и фруктов в меню включаются соки.

На основании примерного меню ежедневно составляется меню-требование, с указанием выхода блюд для детей разного возраста.

На каждое блюдо заведена технологическая карта.

Для детей разного возраста соблюдаются объемы порций приготавливаемых блюд.

Необходимые расчеты и оценку использованного на одного ребенка среднесуточного набора пищевых продуктов проводят 1 раз в десять дней. По результатам оценки, при необходимости, проводят коррекцию питания в течение следующей недели.

Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

Выдача готовой пищи разрешается только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией в составе повара, представителя администрации ДОУ, медицинского работника.

Результаты контроля регистрируются в специальном журнале.

В ДОУ организован питьевой режим. Используется кипяченая вода, условие ее хранения не более 3-х часов.

Питание детей организуют в помещении групповой комнаты.

Для мытья столовой посуды буфетная оборудуется двухгнездными моечными ваннами с подводкой к ним холодной и горячей воды.

Ветошь для мытья посуды и протирания столов после использования стирается с применением моющих средств, просушивается и хранится в специально промаркированной таре.

Пищевые отходы в группах собирают в промаркированные ведра с крышками, очистка которых проводится по мере заполнения их не более чем на 2/3 объема.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №38
_____Шенцова М.В.

График получения пищи

Группы	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник
Младшая смешанная дошкольная группа от 1,5 до 4 лет 1 младшая группа 2 младшая группа средняя группа	8.00мин.	9.50мин.	11.40мин.	15.00мин.
Старшая смешанная дошкольная группа от 4 до 7 лет Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа	8.10мин.	10.00 мин.	12.20мин.	15.10мин.

Условия реализации образовательного процесса.

Режим дня.

В понятие «суточный режим» мы включаем организованную образовательную деятельность, самостоятельную деятельность, взаимодействие с семьями воспитанников, организацию и распределение в течение дня всех видов деятельности, отдыха, приемов пищи. Рациональный режим предполагает соответствие содержания, организации и построения определенным гигиеническим нормативам, которые основываются на законах высшей нервной деятельности человека и учитывают анатомо-физиологические особенности растущего организма.

Коррекция режима дня проводится на основе следующих положений:

- соответствие возрастным особенностям детей;
- учет сезонных изменений 2 раза в год (в летний период с июня по август время отведенное на прогулку увеличивается за счет отсутствия организованной образовательной деятельности),
- смена деятельности ребенка, обеспечивающая полное функциональное восстановление организма;
- недопустимость частых изменений режима;
- постепенность перехода к измененному режиму;
- выделение времени для организованной образовательной деятельности, образовательной деятельности осуществляемой в ходе режимных моментов, самостоятельной (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена) деятельности детей, организованной как воспитателем, так и самим ребенком, времени на присмотр и уход;
- недопустимость замены свободного времени другими формами организации.

В режиме дня предусмотрены: организованная образовательная деятельность и деятельность по присмотру и уходу.

Оставшееся время уделяется физиологическим потребностям ребенка дошкольного возраста (сон, посещение туалета и т.д.)

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №38
_____Шенцова М.В.

Режим пребывания детей в младшей смешанной дошкольной группе
(1 младшая группа - возраст детей: 1,5-3 года)
в период с 1.09.2023г. по 31.05.2024г.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.06
Подготовка к завтраку, завтрак	8.06-8.35
Игры, самостоятельная деятельность	8.35-8.45
Игровые образовательные ситуации	8.45-9.10
Игры, самостоятельная деятельность	9.10-9.50
Второй завтрак	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40
Игры, самостоятельная деятельность	15.40-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка	15.50-17.30
Уход детей домой	17.30
Всего	630 мин

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №38
_____Шенцова М.В.

Режим пребывания детей в младшей смешанной дошкольной группе
(2 младшая группа - возраст детей: 3-4 года)
в период с 1.09.2023г. по 31.05.2024г.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.06
Подготовка к завтраку, завтрак	8.06-8.35
Игры, самостоятельная деятельность	8.35-8.45
Игровые образовательные ситуации	8.45-9.25
Игры, самостоятельная деятельность	9.25-9.50
Второй завтрак	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40
Игры, самостоятельная деятельность	15.40-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка	15.50-17.30
Уход детей домой	17.30
Всего	630 мин

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №38
_____Шенцова М.В.

Режим пребывания детей в младшей смешанной дошкольной группе (средняя группа - возраст детей: 4-5 лет) в период с 1.09.2023г. по 31.05.2024г.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.06
Подготовка к завтраку, завтрак	8.06-8.35
Игры, самостоятельная деятельность	8.35-9.00
Игровые образовательные ситуации	9.00-9.50
Второй завтрак	09.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-11.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40
Игры, самостоятельная деятельность	15.40-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.30
Уход детей домой	17.30

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №38
_____Шенцова М.В.

Режим пребывания детей в старшей смешанной дошкольной группе
(средняя группа - возраст детей: 4-5 лет)
в период с 1.09.2023г. по 31.05.2024г.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40
Игры, самостоятельная деятельность	8.40-9.00
Игровые образовательные ситуации	9.00-9.50
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40
Игры, самостоятельная деятельность	15.40-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.30
Уход детей домой	17.30

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №38
_____Шенцова М.В.

Режим пребывания детей в старшей смешанной дошкольной группе
(старшая группа - возраст детей: 5-6 лет)
в период с 1.09.2023г. по 31.05.2024г.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40
Игры, самостоятельная деятельность	8.40-9.00
Игровые образовательные ситуации	9.00-10.10
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.30
Уход детей домой	17.30

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №38
_____Шенцова М.В.

Режим пребывания детей в старшей смешанной дошкольной группе (подготовительная группа - возраст детей: 6-7 лет) в период с 1.09.2023г. по 31.05.2024г.

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40
Игры, самостоятельная деятельность	8.40-9.00
Игровые образовательные ситуации	9.00-11.00
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40
Игры, самостоятельная деятельность	15.40-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.30
Уход детей домой	17.30

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №38
_____Шенцова М.В.

Режим пребывания детей МБДОУ д/с № 38
в летний период (с 1.06.2024г. по 31.08.2024г.)

Наименование режимных моментов	**Младшая смешанная дошкольная группа (1-2 младшая, средняя группа)**	**Старшая смешанная дошкольная группа (средняя, старшая, подготовительная группа)**
Прием и осмотр детей	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40	8.10-8.40
Игры, самостоятельная деятельность	8.40-9.00	8.40-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00-11.40	9.00-12.30
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.40	10.10-12.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.40-11.55	12.20-12-30
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.25	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45	15.20-15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.45-16.00	15.40-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.30	15.50-17.30
Уход детей домой	17.30	17.30
всего		630 мин

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Фундаментальной предпосылкой воспитания и обучения детей в МБДОУ является забота об укреплении их здоровья.

Физическое воспитание детей Учреждения направлено на улучшение состояния здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей растущего организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Используются следующие формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, корригирующая гимнастика и другие.

Объем двигательной активности воспитанников в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности составляет до 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года.

Основные принципы организации двигательной активности в Учреждении:

- физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;
- двигательную активность сочетается с общедоступными закаливающими процедурами;
- обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики;
- медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
- проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков медотводов;
- включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

<u>Пути реализации рациональной двигательной активности детей:</u>

- выполнение режима двигательной активности;
- преобладание циклических упражнений на физкультурных занятиях для тренировки и совершенствования общей выносливости как наиболее ценного оздоровительного качества;
- использование игр, упражнений соревновательного характера во время физкультурной деятельности;
- использование в работе индивидуальных карт физического развития воспитанников.

Для реализации двигательной деятельности детей используется специальные оборудование и инвентарь, спортивные площадки в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Режим двигательной активности детей по возрастным группам.

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 10	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	б) на улице	1 раз в неделю 10	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 4-5	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10	Ежедневн2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневн 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	в)физкультм и-нутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневнов зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультур-ный досуг	1 раз в месяц 10-15	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	б) физкультур-ный праздник	-	-	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятель-ное использовани е физкультурно го и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятель-ные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Организованную образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 2 до 7 лет организуют определяя длительность в зависимости от возраста детей и составляет:

- в 1 младшей группе - 10 мин.,
- во 2 младшей группе-15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей подгруппе - 25 мин.,
- в подготовительной подгруппе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организованная образовательная деятельность по физическому развитию детей организовывается на открытом воздухе. Ее 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 организованную образовательную деятельность по физическому развитию максимально организуют на открытом воздухе.

Закаливание детей включает систему мероприятий:

- элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;
- специальные мероприятия: водные, воздушные и солнечные.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, со строгим соблюдением методических рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.

При осуществлении закаливания учитываются основные принципы:

- закаливающее воздействие вписывается в каждый элемент режима дня;
- закаливание осуществляется на фоне различной двигательной деятельности;
- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне.

Оздоровительная работа с детьми в летний период является составной частью системы профилактических мероприятий.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все формы организованной образовательной деятельности по физическому развитию детей с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

Система закаливания включает: специальные закаливающие процедуры; закаливание с помощью естественных природных средств. Все закаливающие мероприятия проводятся в соответствии с возрастом и состоянием здоровья детей.

Система закаливающих мероприятий.

Содержание	Возрастные подгруппы		
	Младший дошкольный возраст	Средний дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Элементы повседневного закаливания	В холодное время года допускаются колебания температуры воздуха в присутствии детей		
1. Воздушно- температурный режим:	от +21 до +19ºС	от +20 до +18ºС	от +20 до +18ºС
	обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей		
одностороннее проветривание (в присутствии детей)	в холодное время проветривание проводится кратковременно (5-10 мин). Допускается снижение температуры на 1-2ºС		
сквозное проветривание (в отсутствии детей):	в холодное время года проводится кратковременно (5-10 мин), критерием прекращения проветривания помещения является температура воздуха, снижения на 2-3ºС		
утром, перед приходом детей	к моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной		
перед возвращением детей с дневной прогулки	+21ºС	+20ºС	+20ºС
вовремя дневного сна, вечерней прогулки	в теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении		
2.Воздушные ванны:			
прием детей на воздухе	- 15ºС	- 15ºС	- 15ºС
утренняя гимнастика	в холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная		
физкультурные занятия	+ 18ºС	+ 18ºС	+ 18ºС
	два занятия в зале, форма спортивная		
	+ 18ºС	+ 18ºС	+ 18ºС
прогулка	одежда и обувь соответствует метеорологическим условиям в холодное время года		
	- 15ºС	- 15ºС	- 20ºС
свето-воздушные ванны	в неблагоприятных погодных условиях время сокращается на 30-40 м., в теплое время года ежедневно при температуре от +20ºС до +22ºС, после предварительной воздушной ванны в течение 10-15 мин.		
хождение босиком	ежедневно, в теплое время года при температуре воздуха от +20ºС до +22ºС, в холодное время года в помещении при соблюдении нормативных температур		
дневной сон	обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры воздуха в помещении		

	+ 18ºС	+ 18ºС	+ 18ºС
физические упражнения	ежедневно		
после дневного сна	в помещении температура на 1-2 градуса ниже нормы		
гигиенические процедуры	умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры		умывание, обтирание шеи, верхней части груди, предплечий прохладной водой
Специальные закаливающие воздействия	полоскание рта водой комнатной температурой		
Игровой массаж		закаливающее дыхание, игровой массаж рук, массаж ушей	закаливающее дыхание, игровой массаж рук, ушей, стоп