

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
многопрофильный лицей № 16 города Жигулевска городского округа Жигулевск Самарской области структурное
подразделение «детский сад “Красная Шапочка”»

«Принято»

Педагогическим советом
СПДС «Красная Шапочка» ГБОУ лицея №16
Протокол №1 от «31» августа 2023 г

«Утверждаю»

Руководитель СПДС «Красная Шапочка»

**Программа
формирования культуры здорового и безопасного
образа жизни воспитанников СПДС “Красная Шапочка” ГБОУ лицея №16**

г. Жигулевск,
2022 г

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.	7
3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ	3.1.Здоровьесберегающая инфраструктура учреждения	20
	3.2.Рациональная организация образовательной деятельности, режим дня, модель образовательной деятельности.	22

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни (далее – Программа) СПДС «Красная Шапочка» 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.

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 СПДС «Красная Шапочка» 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»;
- 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 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г, 1.2.3685-21 от 28.01.2021 г.

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
Медико-профилактическая деятельность			
1.	<p style="text-align: center;"><i>Мониторинг здоровья детей</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - общая заболеваемость; - заболеваемость детей в днях на одного ребёнка; - количество часто болеющих детей в % соотношении; - количество детей с хроническими заболеваниями в % соотношении; - результаты диспансерного осмотра детей врачами (в 3 года, в 6 лет, в 7 лет); - соотношение групп физического развития по состоянию здоровья детей (основная, подготовительная); - количество детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях в % соотношении. 	<ul style="list-style-type: none"> 1 раз в квартал 1 раз в квартал 1 раз в год 1 раз в год 1 раз в год 1 раз в год 2 раза в год 	<ul style="list-style-type: none"> медсестра медсестра медсестра врач-педиатр врачи-специалисты поликлиники врачи-специалисты поликлиники медсестра
2.	<p style="text-align: center;"><i>Мониторинг уровня освоения ООП</i></p> <p>Показатели физического развития:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уровень физического развития (антропометрические данные); - уровень физической подготовленности; <p>Педагогическая диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализ показателей освоения детьми содержания образовательных областей «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие» 	<ul style="list-style-type: none"> 2 раза в год 2 раза в год 2 раза в год 	<ul style="list-style-type: none"> медсестра инструктор по физической культуре воспитатели

3.	<p style="text-align: center;"><i>Профилактика и оздоровление детей</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - витаминизация третьих блюд; - фитонцидопрофилактика; - профилактические прививки; - щадящий режим после перенесённых заболеваний; - профилактика заболеваний, соблюдение санитарно-эпидемиологического режима. 	<p>1 раз в день</p> <p>осень, зима, весна согласно Национального календаря прививок по согласованию с родителями (законными представителями)</p> <p>по мере необходимости</p> <p>систематически</p>	<p>медсестра</p> <p>воспитатели педиатр</p> <p>воспитатели</p> <p>помощники воспитателей, контроль медсестры</p>
4.	<p style="text-align: center;"><i>Организация питания</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдение 10-дневного сбалансированного меню; - соблюдение технологии при кулинарной обработке продуктов и приготовлении блюд; - обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания; - обеспечение качества продуктов питания и приготовления блюд; - соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов; - использование сертифицированной питьевой воды; - организация питьевого режима. 	<p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p>	<p>Шеф-повар, контроль медсестры</p> <p>Шеф-повар, контроль медсестры</p> <p>Шеф-повар, контроль медсестры</p> <p>кладовщик, шеф-повар</p> <p>кладовщик, контроль медсестры</p> <p>контроль медсестры, воспитатели</p> <p>помощники воспитателей, контроль медсестры</p>

5.	<p><i>Организация гигиенического режима</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - режим проветривания помещений; - режим кварцевания; - обеспечение температурного режима; - обеспечение санитарного состояния помещений группы и детского сада; - смена и маркировка постельного белья, полотенец; - проведение противоэпидемиологических мероприятий; - обработка игрушек в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. 	<p>постоянно постоянно</p> <p>постоянно постоянно</p> <p>по графику</p> <p>в период карантина</p> <p>ежедневно</p>	<p>помощники воспитателей, контроль медсестры</p> <p>завхоз, воспитатели, помощники воспитателей, контроль медсестры;</p> <p>помощники воспитателей;</p> <p>помощники воспитателя, контроль медсестры;</p> <p>воспитатели</p>
6.	<p><i>Организация здоровьесберегающей среды</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - качественное проведение утреннего приёма и осмотра детей; - своевременная изоляция больного ребёнка; - создание современной развивающей предметно-пространственной среды (оборудование центров активности в группах, соответствие физкультурного и 	<p>ежедневно</p> <p>по мере необходимости</p> <p>постоянно</p>	<p>воспитатели, медсестра</p> <p>воспитатели, медсестра</p> <p>воспитатели, инструктор по физической культуре,</p>

	<p>игрового оборудования требованиям СанПиН);</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдение санитарно-гигиенических требований к организации образовательного процесса; - организация и проведение прогулок; - организация жизни детей в адаптационный период, создание условий для комфортного пребывания; - подбор мебели с учётом антропометрических данных; - выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей; - наличие аптечек для оказания первой медицинской помощи и их своевременное пополнение. 	<p>постоянно</p> <p>ежедневно</p> <p>период адаптации</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p>	<p>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.

Организация двигательного режима

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

2.	<i>Оздоровительная работа</i>			
	<ul style="list-style-type: none"> - приём детей на улице; - проветривание помещений; - воздушно-водное закаливание; - сон без маек; - ходьба по корригирующим дорожкам; - гигиенические и водные процедуры (умывание, мытьё рук); - прогулки на свежем воздухе; - дыхательная гимнастика; 	<p>в зависимости от погоды</p> <p>ежедневно, по графику</p> <p>ежедневно, после сна</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно после сна</p> <p>по режиму дня, в соответствии с гигиеническими требованиями</p> <p>ежедневно не менее 3-4 часов</p> <p>ежедневно</p>		воспитатели
Здоровьесберегающая образовательная деятельность с детьми				
	Направления деятельности	Формы работы	Периодичность	Ответственные

<ul style="list-style-type: none"> - воспитание культурно-гигиенических навыков; - формирования навыков культуры питания; - формирование начальных представлений о здоровом и безопасном образе жизни; - накопление и обогащение двигательного опыта детей; - формирование у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; - формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира ситуациях и способах поведения в них; - передача детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства; 	<ul style="list-style-type: none"> - беседа; - сюжетные игры; - наблюдение; - экскурсии; - экспериментирование; - реализация проекта; - моделирование; - чтение; - поручение; - подвижные дидактические игры; - подвижные игры с правилами; - игровые упражнения; - соревнования 	<p>в соответствии с циклограммой</p>	<p>воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель</p>
--	---	--------------------------------------	---

	<p>Старшая группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - расширять знания ребенка о себе, своем теле; - продолжать формировать у детей элементарные представления об организме человека, о внутренних органах и их значении, бережно относиться к своему организму; - продолжать знакомить с разными видами закаливания, гимнастики; - формировать представления о двигательных качествах человека; - расширять представления о физических упражнениях, их значении для здоровья; - расширять представления о правилах личной безопасности в быту, в различных жизненных ситуациях; - продолжать формировать систему представлений о культуре быта человека, правилах этикета, поведения, питания, личной гигиены; - развивать умение следить за чистотой и опрятностью одежды; - расширять представления о полезных для здоровья продуктах. 	<ul style="list-style-type: none"> - беседа; - сюжетные игры; - наблюдение; - экскурсии; - экспериментирование; - реализация проекта; - чтение; - поручение; - подвижные и дидактические игры; - игры с правилами; - игровые и физические упражнения; - соревнования; - тематические досуги. 	<p>в течение учебного года</p>	<p>инструктор по физической культуре, воспитатели</p>
--	---	---	--------------------------------	---

<p>Подготовительная к школе группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закреплять знания о способах бережного отношения человека к здоровью, к своему телу; - расширять знания о здоровье и болезненном состоянии человека, о значении санитарно-гигиенических процедур; - закреплять знания о двигательной активности, о рациональном отдыхе; - продолжать формировать устойчивую привычку к занятиям физической культурой; - закреплять знания о строении организма человека, об органах чувств и их значении; - систематизировать знания детей о полезных и вредных продуктах. - закреплять знания об основных правилах безопасности поведения на улице и в помещениях, о мерах предупреждения факторов травматизма; - продолжать знакомить детей с вредными воздействиями компьютера и телевизора на здоровье человека. <p>Ожидаемые результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - имеют представления о здоровье, как о физическом состоянии человека; - сформированы представления о поддержании здоровья с помощью закаляющих и профилактических мероприятий; - сформированы представления о значении двигательной активности, рациональном отдыхе, занятиях физической культурой; - сформированы знания о правильном питании, личной гигиене; 	<ul style="list-style-type: none"> - беседа; - сюжетные игры; - наблюдение; - экскурсии; - экспериментирование; - реализация проекта; - чтение; - поручение; - подвижные и дидактические игры; - игры с правилами; - игровые и физические упражнения; - соревнования; - тематические досуги. 	<p>в течение учебного года</p>	<p>инструктор по физической культуре, воспитатели</p>
--	---	--------------------------------	---

	- имеют представления о правилах безопасности поведения на улице и в помещениях, о мерах предупреждения факторов травматизма.			
Взаимодействие с семьёй				
	Направления деятельности	Формы работы	Периодичность	Ответственные
	<ul style="list-style-type: none"> - изучение запросов семьи, уровня компетентности родителей (законных представителей), семейных ценностей; - информирование, консультирование родителей; - просвещение и обучение родителей; - совместная деятельность детского сада и семьи 	<ul style="list-style-type: none"> - беседы; - анкетирование; - выпуск буклетов; - информационные стенды; - родительские собрания; - родительские клубы; - сайт учреждения; - семинары-практикумы; - деловые игры; - тренинги; - викторины; - дискуссии; - круглые столы; - дни здоровья; - совместные праздники; 	по плану	воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель

		- дни открытых дверей		
Работа с персоналом				
	<p>1. <i>Обучение персонала</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - инструктаж по охране жизни и здоровья детей; - инструктаж по пожарной безопасности; - санитарно-просветительская работа с персоналом; <p>2. <i>Организация контроля за:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнением санитарно-гигиенических требований к организации образовательного процесса и режима дня; - соблюдением санитарно-гигиенических требований к оснащению помещений, оборудованию и участкам; - проведением оздоровительных процедур; - соблюдение противоэпидемиологического режима в группах и на пищеблоке; - соблюдением графика генеральной уборки помещений; - воздушным и питьевым режимом по учреждению; - ведением журнала здоровья детей в группе. 	<p>по плану</p> <p>по плану</p> <p>по плану</p> <p>по плану</p>	<p>специалист по ОТ, заведующий хозяйством, медсестра</p>	
Внешние связи				
	<ul style="list-style-type: none"> - Стадион «Кристалл»; - Дом молодежных организаций; - ГБУЗ СО «Жигулевская ЦГБ», детская поликлиника 	<p>постоянно</p> <p>постоянно</p> <p>постоянно</p>	<p>Руководитель СПДС, старший воспитатель</p>	

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1.Здоровьесберегающая инфраструктура учреждения

№ п/п	объект	инфраструктура
1	Здание детского сада	Два здания детского сада: типовые, кирпичные, двухэтажные, с центральным водоснабжением, канализацией, системой отопления. Оснащены пожарной сигнализацией, сигнализацией экстренного вызова вневедомственной охраны, световым освещением запасных выходов и эвакуационным освещением.
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	26 групповых изолированных помещений, имеющих игровые, спальные, раздевальные, туалетные. Развивающая предметно-пространственная среда в группах создана с учётом требований СанПиН, требований ФГОС ДО, с учётом гендерной принадлежности детей.
4	Музыкальный зал	2 музыкальных зала: синтезатор, пианино, музыкальные центры, акустическая система, зеркала, детские музыкальные инструменты, стеллажи для игрушек, дидактических, методических пособий, детские столы и стулья.
5	Физкультурный зал	2 физкультурных зала: музыкальные центры, стенки шведские, наборы мягких модулей, дорожка профилактическая, спортивный комплекс, детские тренажеры, детский велотренажер, беговая дорожка, баскетбольный щит с кольцом, стойка для прыжков, барьеры, гимнастические скамьи, маты, обручи, мячи, скакалки.
6	Кабинет педагога-	2 кабинета педагога-психолога оснащены оборудованием для сенсорных комнат, для

	психолога	организации и проведения психолого-педагогического сопровождения дошкольников, методическими пособиями, средствами ИКТ.
7	Методический кабинет	2 методических кабинета укомплектованы 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	2 медицинских кабинета оборудованы для оказания первой медицинской помощи воспитанникам и персоналу СПДС, специальной медицинской мебелью, холодильниками для хранения медикаментов, бактерицидными лампами.
9	Пищеблок	2 пищеблока оборудованы электрическими плитами, электрическими овощерезательными машинами, разделочными столами из нержавеющей стали, ваннами, раковинами, водонагревателями, электромясорубками, холодильниками для полуфабрикатов, холодильниками для суточных проб, вытяжкой.
9	Прачечная	2 прачечных оборудованы автоматическими стиральными и сушильными машинами, 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 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.

СПДС «Красная Шапочка» функционирует в режиме полного дня (12-часового пребывания) по графику пятидневной рабочей недели с двумя выходными днями (суббота и воскресенье) с 7.00 до 19.00 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 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 не менее 3 - 4 часов. 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 могут осуществляться в разной последовательности:

- наблюдения;
- трудовые действия детей;
- подвижные игры и игровые упражнения;
- индивидуальная работа с детьми по развитию основных видов движений и физических качеств;
- 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**.

Организованная образовательная деятельность. 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 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.