**Организация двигательного режима МБОУ « Жариковская СОШ» ПМР филиал в с. Нестеровка**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Формы организации** | **младший возраст** | **старший возраст** |
| **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая - Подготовительная группа** |
| Организованная деятельность |  | 6 часов в неделю | 8 часов в неделю | 8 часов в неделю |
| Утренняя гимнастика | 6-8 минут | 6-8 минут | 8- 10 минут | 10- 12 минут |
| Дозированный бег |  | 3-4 минуты | 5-6 минут | 7-8 минут |
| Упражнения после дневного сна | 5- 10 минут | 5- 10 минут | 5-10 минут | 5-10 минут |
| Подвижные игры | не менее 2-4 раз в день |
| 6-8 минут | 10-15 минут | 15-20 минут | 15- 20 минут |
| Спортивные игры |  | целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю |
| Спортивные упражнения | целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю |
|  | 8-12 минут | 8-15 минут | 8-15 минут |
| Физкультурные упражнения на прогулке | ежедневно с подгруппами |
| 5-10 мин | 10-12 мин | 10-15 минут | 10-15 минут |
| Спортивные развлечения | 1 раза в месяц |
| 15 минут | 20 минут | 30 минут | 30- 40 минут |
| Спортивные праздники | 2 раза в год |
| 15 минут | 20 минут | 30 минут | 40 минут |
| Неделя здоровья | не реже 1 раза в квартал |
| Самостоятельная двигательная деятельность | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |

**1.1. ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

В дошкольном учреждении 10,5 часовой режим пребывания детей (с 08.-00 до 18-30 часов). Режим дня составлен в соответствии с СанПин, от 15.05.2013 № 26 вместе с СанПиН 2.4.1.3049-13 от 29.05.2013 № 28564 «Требования к организации режима дня и учебных занятий» в соответствии с возрастными психофизиологическим особен­ностям детей.

Режим детского учреждения многовариативен, комфортен и направлен в первую очередь на обеспечение гигиены нервной системы ребенка и высвобождение максимально возможного времени для игр и свободной деятельности детей.

***Основные принципы построения режима дня:***

* режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
*  соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ОО для каждой возрастной группы определен свой режим дня. Отведение времени для нерегламентированной (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы) и регламентированной деятельности (занятия и другие специально организованные формы);
* соблюдение баланса между разными видами активности детей (умственной, физической и др.), их чередование;
* отведение времени для самостоятельной (нерегламентированной и регламентированной) деятельности ребенка;
* организация режима пребывания детей в детском саду с учетом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде;
* составление режима дня с учетом приоритетных направлений развития детей в группах общеобразовательной ;
* проведение мероприятий по профилактике утомления отдельных воспитанников.
* организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

**Режим дня МБОУ «Жариковская СОШ » ПМР филиал в с. Нестеровка на 2019-2020 учебный год.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Младшая группа** **«Солнышко»** | **Разновозрастная группа вторая младшая – средняя « Капитошки»** | **Разновозрастная группа старшая – подготовительная « Звёздочка»** |  |
| Утренний приём детей. Осмотр. Утренняя зарядка |  8.00 – 8.30 |  8.00 – 8.30 |  8.00 – 8.30 |  |
| Подготовка к завтраку. Завтрак |  8.30-9.00 |  8.30-9.00 |  8.30-9.00 |  |
| Непосредственная образовательная деятельность |  9.00-9.25 | 9.00 – 9.35 |  9.00 – 10.45 |  |
| Подготовка к прогулке, прогулка. | 9.35 - 11.20 | 9.35 – 11.30 | 10.50 -12.30 |  |
| Возвращение с прогулки. Интеллектуальная разминка.(словесные, творческие игры) | 11.20-11.45 | 11.30 – 12.00 | 12.30-12.40 |  |
| Подготовка к обеду. Обед. | 11.45-12.10 | 12.00 – 12.30 | 12.40-13.00 |  |
| Подготовка ко сну. Дневной сон. | 12.10-15.00 | 12.30 – 15.00 | 13.00-15.00 |  |
| Постепенный подъём. Закаливающие мероприятия.Гимнастика после сна.  | 15.00-15.20 | 15.00 – 15.20 | 15.00-15.25 |  |
| Полдник. | 15.20-15.35 | 15.20 – 15.30 | 15.25-15.40 |  |
| Игры, самостоятельная деятельность детей. | 15.35-16.10 | 15.30 – 16.10 | 15.40-16.30 |  |
| Чтение художественной литературы. | 16.10-16.25 | 16.10 – 16.25 | 16.30-16.45 |  |
| Подготовка к прогулке. Прогулка | 16.25 -17.30 | 16.25 – 17.30 | 16.45-17.30 |  |
| Подготовка к ужину. Ужин. | 17.30-18.00 | 17.30 – 18.00 | 17.30-18.00 |  |
| Уход детей домой | 18.00-18.30 | 18.00 – 18.30 | 18.00-18.30 |  |

Ежедневная продолжительность прогулки воспитанников ОО в летний период составляет не менее 4 часов. Прогулки организуются 2 раза в день в соответствие с режимом дня. Во всех группах (кроме 3-го года жизни). В процессе прогулки педагоги организуют деятельность воспитанников в соответствие с планом воспитательно-образовательной работы.

Общая продолжительность сна воспитанников в ДОО составляет 2 – 2,5 часа. При организации дневного сна педагогами используются технологии, обеспечивающие эмоциональный комфорт детей при засыпании. Воспитанников с трудным засыпанием и чутким сном укладывают спать первыми и поднимают последними. Во время сна детей присутствие воспитателя или помощника воспитателя обязательно.

 В режиме дня педагогами создаются условия для самостоятельной игровой деятельности воспитанников: сюжетно – ролевых, режиссерских, подвижных игр, конструктивной, театрализованной деятельности и др. Самостоятельная деятельность воспитанников дошкольного возраста в режиме дня составляет не менее 3 часов. Педагогами ОО осуществляется косвенное руководство самостоятельной деятельностью воспитанников.

 В режиме дня педагогами организуется совместная деятельность воспитателя с воспитанниками по социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому, физическому развитию детей в соответствии с реализуемой программой.

 В период с 01.06 по 31.08– образовательная организация работает в летнем режиме , проводит оздоровительной работы.

Организация жизни детей в дни карантинов, во время неблагоприятных погодных условий (морозы, затяжные дожди, и т.п.), в период эпидемии гриппа. При длительных плохих погодных условиях режим детей организуется таким образом, чтобы они имели возможность как можно чаще выходить за пределы своей группы: устраивать театрализованные представления для малышей, смотреть развивающие презентации в группе или музыкальном зале, в полную силу начинает работать «развлекательная программа».

.

Во время эпидемии гриппа соблюдается общий режим для всего образовательного учреждения, прежде всего, сокращается время пребывания детей в помещении, ограничиваются контакты. Вся деятельность по возможности протекает на свежем воздухе. В режиме учтено время для осмотра детей и проведения специальных профилактических мероприятий.

***Двигательный режим.*** Одним из многообразных факторов, влияющих на состояние, здоровья и развитие ребенка-дошкольника, является двигательная активность. Оптимальный двигательный режим обеспечивается рациональным сочетанием различных видов занятий и форм двигательной ак­тивности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования. Ежедневная двигательная активность включает физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, подвижные игры, динамические паузы, физкультурные минутки, спортивные досуги и развлечения, посещение бассейна. Таким образом, двигательный режим в ОО включает всю динамическую деятельность детей, как организованную, так и самостоятельную, обеспечивая биологическую потребность детей в двигательной активности и предусматривает её рациональное содержание, основанное на оптимальном соотношении разных видов занятий, подобранных с учётом возрастных и индивидуальных возможностей воспитанников.

***Закаливание.*** Особое внимание в режиме дня в ОО отведено закаливанию детского организма и проведению закаливающих мероприятий, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

***Закаливание*** - один из основных способов повышения сопротивляемости организма к колебаниям температуры внешней среды и, следовательно, к простудным заболеваниям.

Существует несколько принципов, которые мы соблюдаем для получения положительного эффекта от закаливания, независимо от возраста ребенка или от действующих факторов:

а) принцип систематичности применения закаливающих процедур во все сезоны года.

б) принцип постепенности увеличения силы раздражающего воздействия.

В детском саду закаливание начинается с воздушных процедур. Дети выполняют воздушно-контрастные перебежки *(корригирующая дорожка, ребристая доска и т.д.),* и комплекс физических упражнений, тем самым приучая организм к перепадам температур, и закаливая организм. Затем следует умывание прохладной водой лица и рук, полоскание рта.

Комплекс закаливающих процедур с использованием природных факто­ров (воздуха, солнца, воды) осуществляется с учетом дифференцированного подхода к детям, состояния их здоровья, индивидуаль­ных возможностей и местных климатических условий.

**Система закаливающих мероприятий, проводимых в ОО**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Возрастная группа** | **Сроки** |
| **1** | Проветривание | с 2 до 7 лет | постоянно |
| **2** | Утренний прием на улице, вечерняя прогулка при уходе детей домой | с 4 до 7 лет | по сезону |
| **3** | Прогулки на свежем воздухе в первую и вторую половину дня | с 3 до 7 лет | по сезону |
| **4** | Ходьба по корригирующим дорожкам  | с 3 до 7 лет | постоянно |
| **5** | Сон без маек | с 4 до 7 лет | постоянно |
| **6** | Облегчённая одежда в помещении | с 3 до 7 лет | постоянно |
| **8** | Организация воздушных ванн и босохождения (гимнастика после сна, прогулки в летний период) | с 4 до 7 лет | постоянно |
| **9** | Обширное умывание  | с 2 до 7 лет | постоянно |
| **10** | Полоскание полости рта, горла прохладной водой после приема пищи в течение года | с 4 до 6 лет | постоянно |
| **11** | Игры с водой на улице в летний период | с 3 до 7 лет | июнь - август |

 ***Организация питания в ОО.*** Рациональное питание является одним из основных факторов внешней среды. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья ребенка. Правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям.

В ДО осуществляется сбалансированное, четырехразовое питание в соответствии с возрастными и физиологическими потребностями детей. В меню представлены разнообразные блюда. В ежедневный рацион питания включены овощи и фрукты.

Закупка продуктов питания производится по договорам с поставщиками. Все продукты имеют санитарно-эпидемиологическое заключение. Качество продуктов проверяется завхозом производством. Не допускаются к приему в ОО пищевые продукты без сопроводительных документов, с истекшим сроком хранения и признаками порчи.

Готовая пища выдается только после снятия пробы и соответствующей записи. В правильной организации питания детей большое значение имеет создание благоприятной и эмоциональной окружающей обстановке в группе. Группы обеспечены соответствующей посудой, удобными столами. Воспитатели приучают детей к чистоте и опрятности при приеме пищи. Организация питания находится под постоянным контролем у администрации ОО.

**Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Виды непрерывной непосредственно-образовательной деятельности.** | **Младшая группа** **«Солнышко»** | **Разновозрастная группа вторая младшая – средняя « Капитошки»** | **Разновозрастная группа старшая – подготовительная « Звёздочка»** |
| Направления развития (образовательные области) | **Н** | **Г** | **Н** | **Г** | **Н** | **Г** |
| **ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Познавательно-исследовательская деятельность | - | - | - | - |  | 1 | 34 |
| Приобщение к социокультурным ценностямОзнакомление с миром природы | 1 | 34 | 1 | 34 | 1 | 34 |
| Формирование элементарных математических представлений | 1 | 34 | 1 | 34 | 1 | 34 |
| **РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ** |  |  |  |  |  |  |
| Развитие речи | 0,5 | 17 | 0,5 | 17 | 1 | 34 |
| Художественная  | 0,5 | 17 | 0,5 | 17 | 1 | 34 |
| **СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ** |  |  |  |  |  |  |
| Формирование основ безопасности | - | - | - | - | 1 | 34 |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ** |  |  |  |  |  |  |
| Физическая культура**ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ** | 3 | 102 | 3 | 102 | 3 | 102 |
|  |  |
| Музыкально-художественная деятельность | 2 | 68 | 2 |  | 2 |  |
| Изобразительная деятельность (рисование) | 1 | 34 | 1 | 34 | 2 | 68 |
| Изобразительная деятельность (лепка) | 0,5 | 17 | 0,5 | 17 | 0,5 | 17 |
| Изобразительная деятельность (аппликация) | 0,5 | 17 | 0,5 | 17 | 0,5 | 17 |
| Изобразительная деятельность (худ. труд) | - | - | - | - | 0,5 | 17 |
| Конструктивно-модельная деятельность | - | - | - | - | 0,5 | 17 |
|  |  |  |  |  |  | **25** |  |
| **Продолжительность занятий в минутах** | **15** |  | **15** |  |  |
| **Всего занятий** | **10** | **340** | **10** | **340** | **15** | **510** |
| **Объём образовательной нагрузки (часах)** | **85\ 5100** | **85\5100** | **212,5\12750** |

**Образовательные услуги МБОУ « Жариковская СОШ ПМР» филиал с. Нестеровка ОУ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Наименование образовательной услуги (кружки)** | **Форма проведения(группа, индивидуальная) количество** | **Возраст детей** | **Количество занятий в месяц** | **руководитель** |
| 1 | Кружок «Скоро в школу» | Групповая- 12 человек | 6 лет | 4 занятия | Кутафина Н.С. |
| 2 | Кружок «Весёлый пластилин» | Групповая- 15 детей | 1,5-3 года | 4 занятий | Шульга Л.В |
| 3 | Кружок «Волшебный пластилин» | Групповая- 22ребёнка | 4,5-7 | 4 занятия | Шульга Г.В. |