

МАДОУ «Детский сад комбинированного вида № 7 г.Шебекино Белгородской области»

Приложение № 1  
к адаптированной образовательной программе  
дошкольного образования  
для обучающихся с расстройствами  
аутистического спектра

Режим и распорядок дня в дошкольных группах  
МАДОУ «Детский сад комбинированного вида № 7 г.Шебекино  
Белгородской области»  
на 2023-2024 учебный год

2023

Режим работы МАДОУ: 5 дневная рабочая неделя, длительность работы учреждения – 10,5 часов, ежедневный график работы – с 07.00 до 17.30 часов. Выходные дни: суббота и воскресенье. Режим работы МАДОУ выстроен с учетом потребностей семьи и возможностей дошкольной организации.

Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребёнка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Режим и распорядок дня установлен с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений.

Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

При организации режима предусматривается оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточную двигательную активность ребёнка в течение дня, обеспечивать сочетание умственной и физической нагрузки. Время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Режим дня построен с учётом сезонных изменений. В тёплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов учитываются также индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОО и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

**Распорядок дня детей дошкольного возраста (3-7 лет)** Задача воспитателя – создавать положительное настроение у детей, организовывать рациональный двигательный режим, предупреждать детское утомление разумным чередованием разнообразной активной деятельности и отдыха. Использовать в организованной образовательной деятельности физкультминутки, двигательные паузы между образовательными ситуациями, разнообразить двигательную деятельность детей в течение дня. Продуманная организация питания, сна, содержательной деятельности каждого ребёнка обеспечивает его хорошее самочувствие и активность, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. Уделяется внимание закаливанию, забота о достаточном пребывании детей на свежем воздухе.

Режим строится в строгом соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. Он предусматривает разнообразную совместную образовательную деятельность дошкольников с педагогом и самостоятельную деятельность по интересам и выбору детей.

**Режим дня  
Холодный период**

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
<b>7.30-8.00</b>	Утренний прием (в теплую погоду на улице), осмотр, самостоятельная деятельность.
<b>8.00-8.10</b>	Утренняя гимнастика.
<b>8.10-8.25</b>	Утренний круг.
<b>8.25-8.40</b>	Самостоятельная деятельность, игра.
<b>8.40– 9.00</b>	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Завтрак.
<b>9.00-10.35</b>	Организованная образовательная деятельность. (общая длительность, включая перерыв) 9.00-10.40-пятница.
<b>10.35-10.45</b> <b>10.40-10.50</b>	Второй завтрак. Пятница.
<b>10.45-12.00</b> <b>10.50-12.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Пятница.
<b>12.00-12.20</b>	Обед.
<b>12.20-15.00</b>	Подготовка ко сну. Дневной сон.
<b>15.00-15.30</b>	Постепенный подъем. Профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры. Подготовка к полднику. Гигиенические процедуры.
<b>15.30-15.45</b>	Полдник.
<b>15.45-16.15</b> <b>15.45-16.10</b>	Организованная образовательная деятельность. Среда, пятница.
<b>16.15-16.25</b> <b>16.10-16.20</b>	Вечерний круг. Среда, пятница.
<b>16.25-17.30</b> <b>16.20-17.30</b>	Подготовка к прогулке, прогулка. Взаимодействие с родителями. Уход детей домой.

**Теплый период**

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
<b>7.30-8.00</b>	Утренний прием на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, общение
<b>8.00-8.10</b>	Утренняя гимнастика на воздухе.
<b>8.10-8.30</b>	Заход детей в группу.
<b>8.30-8.50</b>	Завтрак.
<b>8.50 – 11.40</b>	Подготовка и выход детей на прогулку. Прогулка. Самостоятельная деятельность. Игры.
<b>9.20-9.40</b> <b>9.00-9.20</b>	Организованная образовательная деятельность (на участке)
<b>10.30-10.40</b>	Второй завтрак
<b>11.40-12.00</b>	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.
<b>12.00-12.20</b>	Обед. Воспитание культурно-гигиенических навыков.
<b>12.20-15.20</b>	Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну. Сон.
<b>15.20-15.30</b>	Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Одевание. Подготовка к полднику.
<b>15.30-15.40</b>	Полдник. Воспитание культурно-гигиенических навыков.
<b>15.40-15.50</b>	Подготовка к прогулке.
<b>15.50-17.30</b>	Прогулка. Самостоятельная деятельность. Взаимодействие с родителями. Уход детей домой

