

ЧАСТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 198 ОТКРЫТОГО АКЦИОНЕРНОГО ОБЩЕСТВА  
«РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ ДОРОГИ»

**СОГЛАСОВАНА**

Педагогическим советом  
ЧДОУ «Детский сад № 198 ОАО  
«РЖД»  
Протокол от 30.08. 2023 г. № 1

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом ЧДОУ «Детский сад № 198  
ОАО «РЖД»  
от 30.08.2023 г. № 155  
Заведующий \_\_\_\_\_ Н.А. Овчинникова

**СОГЛАСОВАНА**

Советом педагогов  
ЧДОУ «Детский сад № 198 ОАО  
«РЖД»  
Протокол от 30.08. 2023 г. № 1

Приложение № 7  
к адаптированной образовательной программе  
дошкольного образования для обучающихся  
с задержкой психического развития

**Режим и распорядок дня  
в группах дошкольного возраста**

Режим дня в группах дошкольного возраста рассчитан на 12 часовое пребывание детей в Организации и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями детей, обеспечивает их хорошее самочувствие и активность, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Адрес: ул. Партизанская 70Б

### Режим дня в дошкольных группах

Содержание	5-6 лет	6-7 лет
<i>Холодный период года</i>		
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.30-9.00	8.30-8.50
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.15	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами, кружки	9.15- 10.15	9.00-10.50

Второй завтрак	10.15- 10.25	10.10- 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.25 - 12.00	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00- 12.10	12.00- 12.10
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.10- 12.30	12.10- 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30- 15.00	12.30- 15.00
Подъем, закаливающие процедуры	15.00- 15.10	15.25-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.10- 15.30	15.30- 16.00
Занятия (при необходимости) Игры, кружки, занятия со специалистами	15.35- 16.00/16.00- 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей, кружки, занятия со специалистами , «Литературный час», Клубный час краеведа, Вечерний круг, «ЧАС Сюжетно-ролевой игры»	15.55- 17.20	15.55- 17.25
Подготовка к ужину, ужин	17.20- 17.40	17.25- 17.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки, кружки	17.40- 19.00	17.45- 19.00
Уход домой	до 19.00	до 19.00
<i>Дома</i>		
Прогулка	19.00- 20.00	19.00- 20.00

<i>Теплый период года</i>		
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.15	-
Второй завтрак	10.30-10.40	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.15-12.00	9.00-12.00
Утренний круг	8.30-8.50	8.30-8.50
Обед	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, «Литературный час»	16.25-17.00	16.00-16.40
Вечерний круг, подготовка к ужину, ужин	16.35-17.05	16.40-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.10-19.00	17.10-19.00
Уход домой	до 19.00	до 19.00
<i>Дома</i>		
Прогулка	19.00-20.00	19.00-20.00

Адрес: ул. Тотмина 3А

<b>Содержание</b>	<b>Старшая группа (5-6 лет) № 2</b>	<b>Старшая группа (5-6 лет) № 3</b>	<b>Подготовительная группа (6-7 лет) № 1</b>
<i>Холодный период года</i>			
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.20-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00, пт.8.50-9.20	8.50-9.00, вт.8.50-9.15, пт.8.50-9.20,	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами	9.00- 10.00, пт. 9.20-10.20	9.00- 10.00, вт. 9.15-10.30, пт.9.20-10.20	9.00-10.55, вт.9.00-11.05
Второй завтрак	10.15-10.25	10.00-10.10	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.25-12.30	10.10 - 12.30, вт.10.30-12.30, пт.10.20-12.30	10.55 -12.30, вт.11.05-12.30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00

Занятия. Игры, кружки, занятия со специалистами	16.00-16.25, ср.16.35-17.00	16.00-16.25, чт.16.35-17.00	-
Игры, самостоятельная деятельность детей, кружки, занятия со специалистами, «ЧАС сюжетно-ролевой игры», «Литературный час», Вечерний круг, понедельник «Школа юного профессионала», среда «Клуб краеведа»	16.25-17.15, ср.16.00-16.35, 17.00-17.15	16.25-17.15, чт.16.00-16.35, 17.00-17.15	16.00-17.25
Подготовка к ужину, ужин	17.15-17.50	17.15-17.45	17.25-17.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой	17.50-до 19.00	17.45-до 19.00	17.50-до 19.00
<i>Дома</i>			
Прогулка	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
<i>Теплый период года</i>			
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.30
Завтрак	8.20-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность. Утренний круг	8.50-9.20	8.50-9.20	8.50-9.20
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-12.00	9.20-12.00	9.20-12.00
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Обед	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30

Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, «Литературный час», Вечерний круг, возвращение с прогулки	16.00-17.15	16.00-17.15	16.00-17.20
Подготовка к ужину, ужин	17.15-17.50	17.15-17.50	17.20-17.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой	17.50-до 19.00	17.50-до 19.00	17.50-до 19.00