

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующий МБДОУ ДС
 «Алёнушка» г.Волгодонска
 Н.Н.Дроговозова
 Приказ от 28.08.2025г №117

**План внутреннего распорядка воспитанников
 младшего и среднего дошкольного возраста (холодный период)**

Режимные моменты	от 1,5 до 3 лет	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность	6.30-8.00	6.30-8.00	6.30-8.05
Утренняя гимнастика	8.00-8.05	8.00-8.05	8.05-8.10
Игры, беседы, подготовка к завтраку	8.05-8.30	8.05-8.30	8.10-8.35
Завтрак	8.30-8.50	8.30-8.45	8.35-8.50
КГН, игры, беседы, подготовка к НОД	8.50-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
НОД	9.00-9.25 (по подгруппам)	9.00-9.40	9.00-9.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми	9.25-10.10	9.40-10.15	9.50-10.20
КГН, Второй завтрак	10.10-10.20	10.15-10.25	10.20-10.30
Подготовка к прогулке Прогулка, возвращение с прогулки	10.20-11.40	10.25-11.45	10.30-11.55
Подготовка к обеду, КГН	11.40-11.50	11.45-11.55	11.55-12.05
Обед	11.50-12.15	11.55-12.15	12.05-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенное пробуждение, разминка в постели, КГН	12.15-15.25	12.15-15.15	12.20-15.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми (НОД во вторую половину дня)	15.25-15.40 (15.30-15.40)	15.15-15.45	15.10-15.50
Уплотненный полдник, КГН	15.40-16.00	15.45-16.05	15.50-16.10
Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к прогулке	16.00-16.20	16.05-16.25	16.10-16.30
Прогулка, уход домой	16.20-18.30	16.25-18.30	16.30-18.30

**План внутреннего распорядка воспитанников
старшего дошкольного возраста (холодный период)**

Режимные моменты	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность	6.30-8.10	6.30-8.20
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	8.20-8.30
Игры, беседы, подготовка к завтраку	8.20-8.40	8.30-8.45
Завтрак	8.40-8.50	8.45-8.55
КГН, игры, беседы, подготовка к НОД	8.50-9.00	8.55-9.00
НОД	9.00-10.00	9.00-10.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми	10.00-10.30	
КГН, Второй завтрак	10.30-10.40	10.50-11.00
Подготовка к прогулке	10.40-12.05	11.00-12.10
Прогулка, возвращение с прогулки		
Подготовка к обеду, КГН	12.05-12.10	12.10-12.15
Обед	12.10-12.30	12.15-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенное пробуждение, разминка в постели, КГН	12.30-15.10	12.35-15.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми (НОД во вторую половину дня)	15.10-15.55 (15.10-15.35)	15.10-16.00
Уплотненный полдник, КГН	15.55-16.15	16.00-16.20
Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к прогулке	16.15-16.35	16.20-16.40
Прогулка, уход домой	16.35-18.30	16.40-18.30