

## Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №3 «Лучик»

### ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

1. Щадящий режим назначается детям с III и IV группой здоровья, детям, перенесшим заболевания для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинскими работниками: врачом, старшей медицинской сестрой по рекомендации участкового педиатра, в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
3. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

Вид деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственный
Приход в детский сад	Приход в ДОУ 7.30-8.00 Удлиненный сон.	Родители
Утренняя или адаптационная гимнастика	Снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%.	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Гигиенические процедуры (умывание, полоскание рта после еды)	Температура воды 20-22 градуса, тщательное вытирание рук и лица.	Воспитатель, помощник воспитателя
Питание: завтрак, обед, полдник, ужин	Докармливание (ранний возраст и младший дошкольный возраст). Первым садится за стол.	Воспитатель, помощник воспитателя
Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю)	Одевается в последнюю очередь, выходит на прогулку последним.	Воспитатель, помощник воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную активность.	Воспитатель

Возвращение с прогулки	Возвращается первым под присмотром взрослого. Снимается влажная майка, заменяется на сухую.	Воспитатель, помощник воспитателя
Непрерывная непосредственно образовательная музыкальная и физкультурная деятельность	Отмена или снижение нагрузки по бегу, подскокам и прыжкам на 50%.	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
Непрерывная непосредственно образовательная деятельность статического, интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине дня.	Воспитатель
Дневной сон	Укладывается первым, подъем по мере просыпания.	Воспитатель, помощник воспитателя
Гигиенические и закаливающие процедуры	Снимается пижама, надевается сухая футболка (майка). Отмена водных закаливающих процедур на две недели или на месяц. Начинаем закаливающие процедуры с 36 (дошкольный возраст).	Воспитатель, помощник воспитателя
Совместная деятельность педагога с воспитанником	Учет настроения, желания, физического состояния.	Воспитатель
Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удаленные от окон и дверей.	Воспитатель
Уход домой	По возможности до 18.00	Родители