

### Организация щадящего режима.

1. Щадящий режим назначается часто болеющим детям, с 3 и 4 гр. здоровья, детям, перенесшим заболевание, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинским работником ДООУ (врач, ст. м\с).
3. Щадящий режим после перенесенного заболевания назначается по рекомендации участкового педиатра или врача ДООУ на определенный срок в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
4. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

№ п/п	Вид деятельности в режиме дня	Ограничение	Ответственный
1.	Приход в детский сад	По возможности с 8.00 до 8.30	Родители
2.	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
3.	Гигиенические процедуры (умывание)	t воды = 16-20, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель, пом. воспитателя
4.	Гигиенические и закаливающие процедуры (полоскание полости рта после еды)	Воды = 20-22, наливается перед полосканием	Пом. воспитателя
5.	Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель
6.	Питание (завтрак, обед, полдник)	Первыми садятся за стол, докармливание детей младшего возраста	Воспитатель, пом. воспитателя
7.	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последними	Воспитатель, пом. воспитателя
8.	Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка, заменяется на сухую	Пом. воспитателя
9.	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
10.	Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Рук. физ. воспитания Воспитатель
11.	Занятия статического, интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятия	Специалисты ДООУ, воспитатель
12.	Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель
13.	Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроения, желаний ребенка	Воспитатель
14.	Самостоятельная деятельность (игры, изодеятельность и т.д.)	Предлагать места, удаленные от окон, дверей	Воспитатель
15.	Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

\* основание: СанПиН 1.2.3685-21