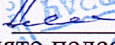


СОГЛАСОВАНО

Врач  Алимова Н.И.  
Принято педсоветом  
от 29.08.2025 № 1

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий Родина Е.А.  
Приказ от 29.08.2025 № 8/о-2025

### ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ

(на сентябрь-май)

Средняя группа № 3

№	Вид деятельности в режиме дня	Ограничение	Ответственный
1	Приход в детский сад	По возможности с 8.00 до 8.30	Удлиненный сон (родители)
2	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатели
3	Гигиенические процедуры (умывание)	t воды = 16-20, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатели, помощники воспитателей
4	Закаливающие процедуры (воздушные ванны, бодрящая гимнастика)	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатели
5	Питание (завтрак, обед, полдник)	Первыми садятся за стол, докармливание детей младшего возраста	Воспитатели, помощники воспитателей
6	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю)	Одевание в последнюю очередь, выход последними	Воспитатели, помощники воспитателей
7	Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка заменяется на сухую	Помощники воспитателей
8	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатели
9	Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Воспитатели
10	Совместная деятельность воспитателя и детей	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятий	Воспитатели
11	Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатели
12	Совместная деятельность воспитателя и детей	Учет настроения, желание ребенка	Воспитатели
13	Самостоятельная деятельность (игры, изодеятельность и т.д.)	Предлагать места, удаленные от окон, дверей	Воспитатели
14	Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

Примечание: щадящий режим назначается часто болеющим детям, с 3 и 4 гр. здоровья, а также детям, перенесшим заболевания

1. щадящий режим назначается медицинским работником ГБДОУ
2. щадящий режим после перенесенного заболевания назначается по рекомендациям участкового педиатра или врача ГБДОУ на определенный срок в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания
3. щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком